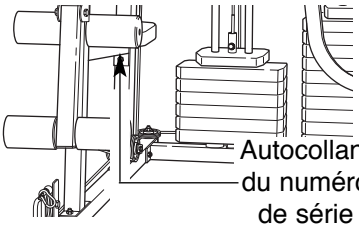
WEIDER® PRO 9940

No. de modèle WECCSY99400
No. de Série _____

Vous trouverez le numéro de série à l'emplacement indiqué ci-dessous. Écrire le numéro de série dans l'espace ci-dessus.



VOUS AVEZ DES QUESTIONS?

En tant que fabricant, nous nous engageons à satisfaire pleinement aux exigences de nos clients. Si vous avez des questions concernant l'assemblage de ce produit ou si vous découvrez que certaines pièces sont manquantes, nous sommes à votre disposition pour résoudre vos problèmes.

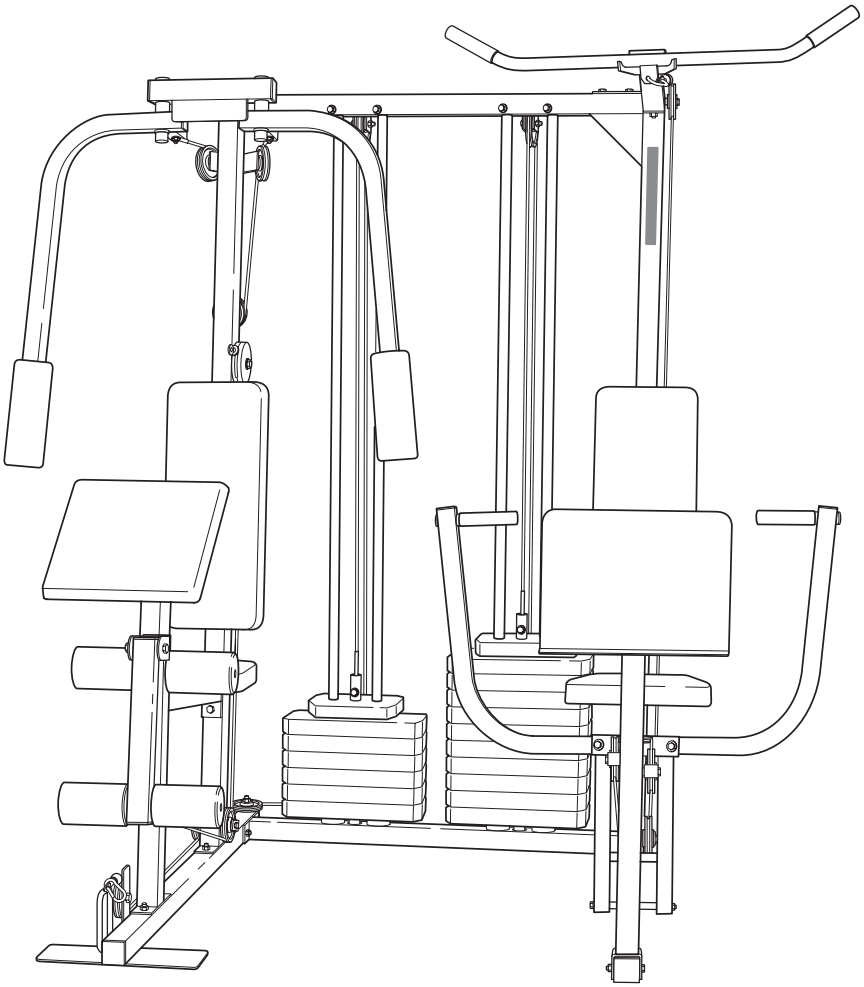
POUR ÉVITER DES DÉLAIS INUTILES, VEUILLEZ APPELER NOTRE SERVICE À LA CLIENTÈLE. Des techniciens qualifiés sont là pour répondre à toutes vos questions.

1-888-936-4266
du lundi au vendredi de 8h00 à 18h30 HE
(à l'exception des jours fériés)

ATTENTION :

Lisez attentivement tous les conseils et les instructions dans ce livret avant d'utiliser cet appareil. Conservez ce livret pour références ultérieures.

LIVRET D'INSTRUCTIONS



Notre website à

www.weiderfitness.com

nouveaux produits, prix, conseils de santé et beaucoup plus!

Table des Matières

Conseils de Sécurité Importants 2
Avant de Commencer 3
Assemblage 4
Câblage 23
Ajustements 25
Localisation d'un Problème et Entretien 26
Tableau des Résistances 27
Pour Commander des Pièces de Rechange . . . . . .Dernière page
Garantie Limitée . . . . . .Dernière page

Remarque: Vous trouverez au centre de ce livret une LISTE DES PIÈCES et un SCHÉMA DÉTAILLÉ ainsi qu'un TABLEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES. Détachez-les avant de commencer à assembler l'appareil.

Conseils de Sécurité Importants

⚠ AVERTISSEMENT : Afin de réduire les risques de blessures, lisez les conseils de sécurité ci-dessous avant d'utiliser l'appareil de musculation.

1. **Le propriétaire est responsable d'informer tous les utilisateurs de cet appareil des avertissements et des conseils de sécurité qui se rattachent à l'utilisation de ce produit.**
2. **Veuillez lire toutes les instructions contenues dans ce livret d'instructions avant d'utiliser l'appareil de musculation.**
3. **Cessez immédiatement vos exercices si vous ressentez de la douleur ou des étourdissements. Faites plutôt des exercices de retour à la normale.**
4. **Servez-vous de l'appareil de musculation uniquement sur une surface plane. Par mesure de précaution, couvrez le plancher en dessous de l'appareil.**
5. **Vérifiez et serrez régulièrement toutes les pièces. Remplacez immédiatement les pièces usées.**
6. **Assurez-vous que les câbles soient bien installés dans les poulies. S'ils se coincent, cessez vos exercices et replacez-les dans les poulies.**
7. **Placez toujours vos pieds sur le repose-pieds lorsque vous faites des exercices qui pourraient faire basculer l'appareil.**
8. **Éloignez vos mains et vos pieds de toutes les pièces mobiles.**
9. **Éloignez les enfants de moins de 12 ans et les animaux de l'appareil en tout temps.**
10. **Portez toujours des chaussures athlétiques lorsque vous utilisez l'appareil de musculation.**
11. **Évitez de lâcher l'exerciseur pour bras, le contracteur pectoral, l'exerciseur pour jambes, la barre latérale ou la courroie du contracteur abdominal lorsque les charges sont soulevées car celles-ci tomberont de toute leur masse.**
12. **Détachez la barre latérale de l'appareil lorsque vous faites des exercices qui ne nécessitent pas l'utilisation de la barre.**
13. **Cet appareil de musculation a été conçu pour être utilisé à la maison et non à des fins commerciales ou locatives.**

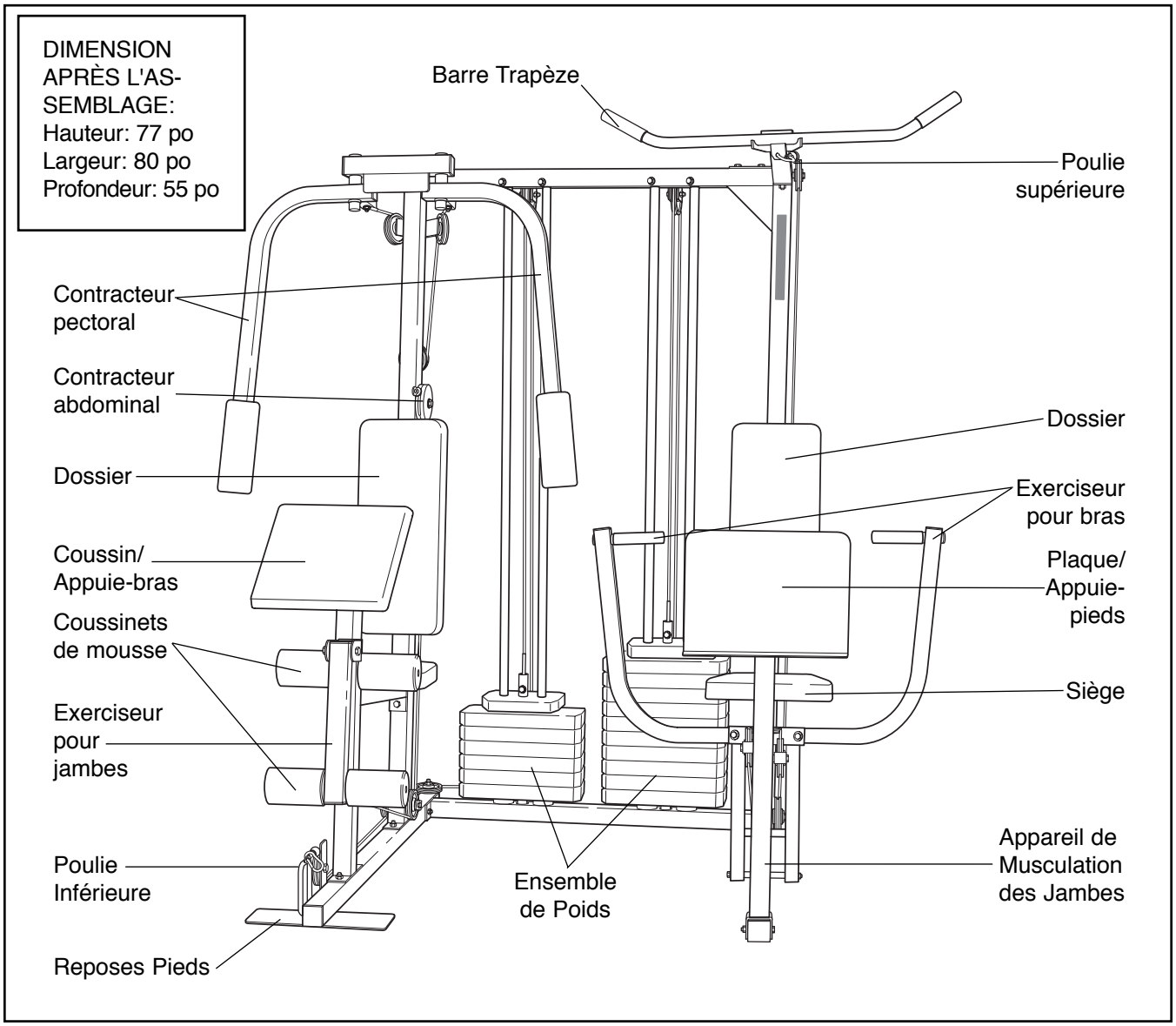
ATTENTION : Consultez votre médecin avant d'entreprendre un programme d'exercice. Ceci s'adresse plus particulièrement aux personnes âgées de plus de 35 ans ou aux personnes qui ont déjà eu des problèmes de santé. Lisez toutes les instructions avant d'utiliser ce produit. ICON ne se tient aucunement responsable des blessures ou dégâts matériels résultant de l'utilisation de ce produit.

Avant de Commencer

Merci d'avoir choisi l'appareil de musculation WEIDER PRO 9940. Le WEIDER PRO 9940 est équipé d'une quantité impressionnante d'appareils qui permettent de développer tous les principaux groupes musculaires du corps. Vous désirez tonifier votre corps, augmenter votre masse musculaire ou améliorer votre condition cardiovasculaire? Le WEIDER PRO 9940 vous aidera à atteindre vos objectifs.

Pour votre sécurité, veuillez lire attentivement ce livret avant d'utiliser l'appareil de musculation WEIDER PRO 9940. Si vous avez des questions concernant ce produit, veuillez communiquer avec notre service à la clientèle au numéro sans frais **1-888-936-4266** du lundi au vendredi de 8h00 à 18h30 HE (à l'exception des jours fériés). Veuillez prendre en note le numéro de modèle et de série du produit avant d'appeler. Le numéro de modèle est le WECCSY99400. Le numéro de série est inscrit sur l'autocollant qui est apposé sur le WEIDER PRO 9940 (référez-vous à la page couverture de ce livret d'instructions).

Nous vous suggérons d'étudier le schéma ci-dessous et de vous familiariser avec les pièces avant de lire le livret d'instructions.



Assemblage

Remarque : Veuillez lire attentivement cette introduction qui vous permettra de gagner du temps.

Il faut être deux pour assembler certaines sections de cet appareil.

Pour bien commencer
Avant de commencer à assembler l'appareil, veuillez suivre toutes les étapes décrites ci-dessous.

Dégagez l'espace de travail
Dégagez un espace de travail suffisamment grand pour que vous puissiez y placer toutes les pièces et marcher autour de l'équipement une fois qu'il sera assemblé.

Pour déballer la boîte
L'assemblage a été divisé en plusieurs étapes pour en faciliter l'exécution. Vous trouverez à l'intérieur de la boîte, les pièces de quincaillerie qui sont utilisées à chacune des étapes dans des emballages individuels. Placez les pièces sur une surface dégagée et enlevez les emballages. Ne jetez pas les emballages avant d'avoir terminé l'assemblage.

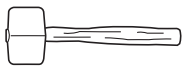
Avis important : Attendez d'avoir commencé une étape avant d'ouvrir le sac de quincaillerie dont l'étiquette correspond à cette étape.

Pour identifier les pièces
Pour vous aider à identifier les petites pièces qui serviront à l'assemblage de cet appareil, nous avons inclus un TABLEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES au centre de ce livret. Placez le tableau sur le plancher ou sur une table et servez-vous-en pour identifier rapidement les pièces à mesure que vous ouvrez les emballages correspondant à chacune des étapes. Remarque : Certaines petites pièces ont été préalablement assemblées pour faciliter le transport.

Pour orienter les pièces
Assurez-vous que toutes les pièces soient orientées de la manière indiquée dans les illustrations.

Pour serrer les pièces
Serrez toutes les pièces à mesure que vous les fixez à moins d'indication contraire.

Les outils requis
Voici les outils (non inclus) dont vous aurez besoin pour assembler l'appareil :

- Deux (2) clés à molette
- Un (1) tournevis plat
- Un (1) tournevis cruciforme
- Un (1) maillet en caoutchouc 
- Vous aurez également besoin d'un lubrifiant comme de la graisse ou de la vaseline et de l'eau savonneuse
- Du ruban adhésif comme du ruban transparent ou du papier-cache

Pour faciliter l'assemblage, il est recommandé d'utiliser les outils suivants : un jeu de douilles, des clés ouvertes ou fermées ou à cliquet.

Les Quatre Étapes de l'Assemblage

L'assemblage du cadre
Assemblez d'abord la base et les cadres des montants verticaux qui servent de squelette à l'appareil.

L'assemblage des bras
Cet assemblage complète l'appareil de musculation des bras et l'appareil pectoral dont vous vous servez durant vos séances d'exercices.

L'assemblage des câbles
Cet assemblage complète le système de câblage et poulies qui servent à relier les pièces articulées les unes aux autres avec les poids.

L'assemblage des sièges
Cet assemblage complète les sièges et les dossiers qui soutiennent votre corps durant les exercices.

L'Assemblage du Cadre

1. **Avant de commencer l'assemblage de votre appareil, assurez-vous d'avoir lu et bien compris les informations à la page 4 du livret.**

   Ouvrez le sac de quincaillerie portant la mention "FRAME ASSEMBLY" (ASSEMBLAGE DU CADRE)

   Voir schéma 1a. Insérez un Capuchon Int. Carré de 2" (28) dans chacune des extrémités de la Base de l'Appareil Pectoral (4). Insérez deux Capuchons Int. Carrés de 2" (28) dans la Base des Ensembles de Poids (5).

   Insérez quatre Boulons de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2" (92) dans les orifices de la Base de l'Appareil Pectoral (4). Insérez un Boulon de Carrosserie de 3/8" x 3 1/2" (95) dans l'orifice situé à l'extrémité de la base de l'appareil pectoral. **Remarque: Si les Boulons se dégagent de la base, maintenez-les en place avec un morceau de ruban adhésif que vous mettrez sur la tête de chacun des Boulons.** Placez la Base de l'Appareil de Musculation Pectoral bien à plat sur le plancher.

   Voir schéma 1b. Fixez la Base des Ensembles de Poids (5) à la Base de l'Appareil Pectoral (4) à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 2 3/4" (89), d'une Plaque de Soutien munie de deux orifices séparés par une distance de 3 1/2" (93) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Ne serrez pas encore les écrous de blocage en nylon.**

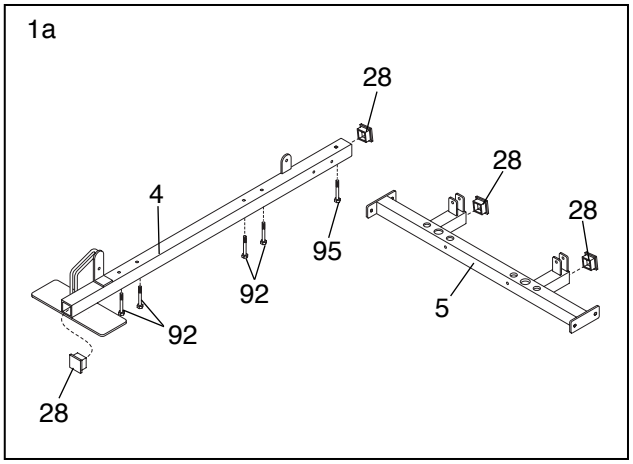
   Remarque : Il y a trois types de Plaques de Soutien. Ce qui les différencie les unes des autres, c'est la distance entre les orifices. Lorsque vous devez installer une Plaque de Soutien, prenez celle qui a des orifices qui conviennent aux boulons utilisés.

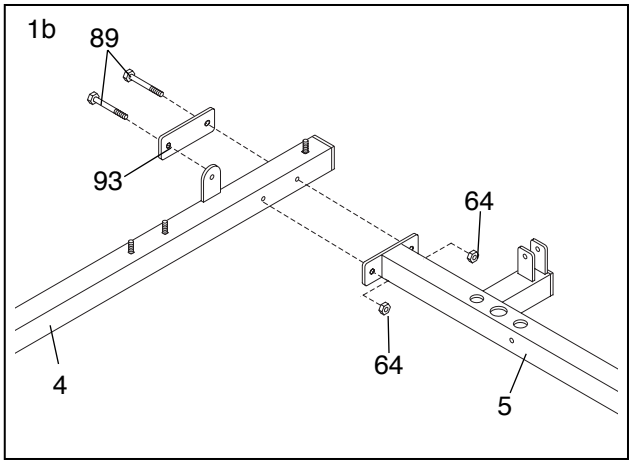
2. **Voir schéma 2a.** Insérez un Capuchon Int. Carré de 2" (28) dans l'extrémité de la Base de l'Exerciseur pour Bras (6).

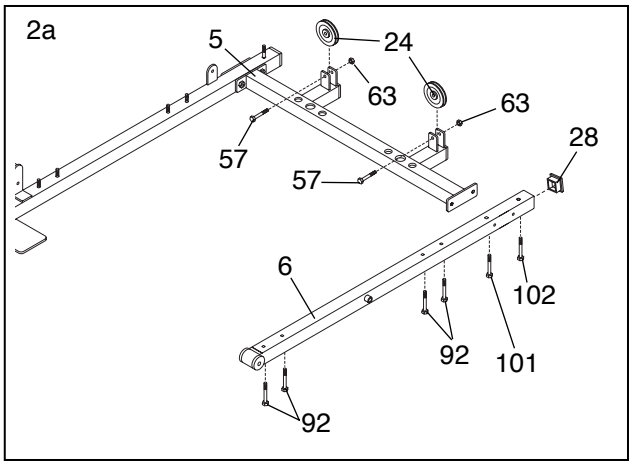
   Fixez une Poulie de 3 1/2" (24) à chacun des supports situés sur la Base des Ensembles de Poids (5) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 1 3/4" (57) et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63).

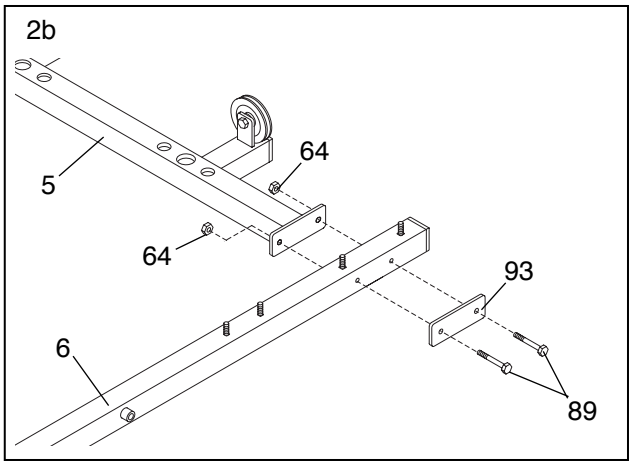
   Insérez quatre Boulons de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2" (92) dans les orifices de la Base de l'Appareil de Musculation des Bras (6). Insérez un Boulon de Carrosserie de 3/8" x 2 1/2" (101) et un Boulon de Carrosserie de 3/8 x 4" (102) dans les orifices situés à l'extrémité de la Base de l'Appareil de Musculation des Jambes (6).

   Voir schéma 2b. Fixez la Base de l'Appareil de Musculation des Bras (6) à la Base des Ensemble de Poids (5) à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 2 3/4" (89), d'une Plaque de Soutien munie d'orifices séparés par une distance de 3 1/2" (93) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

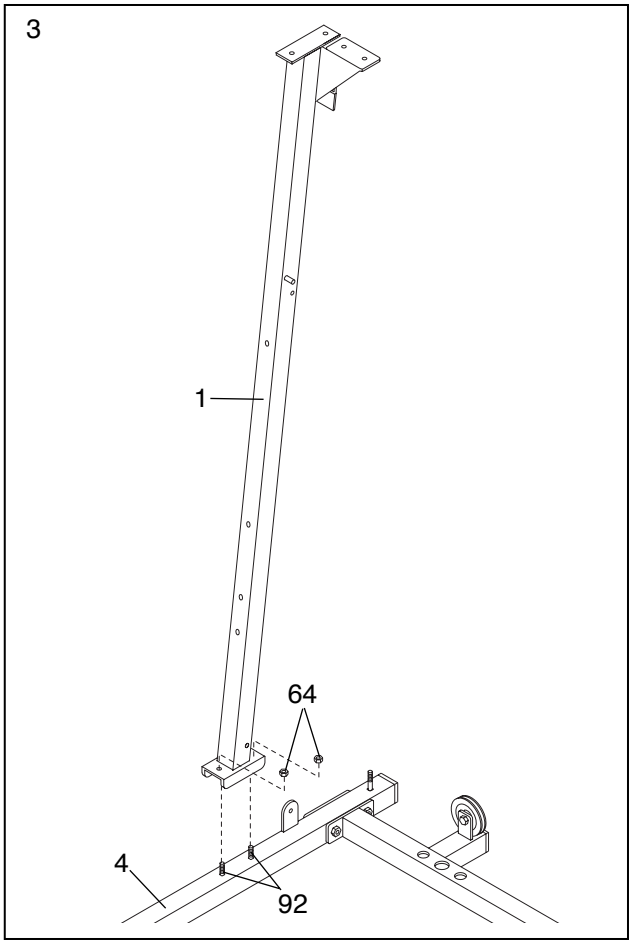






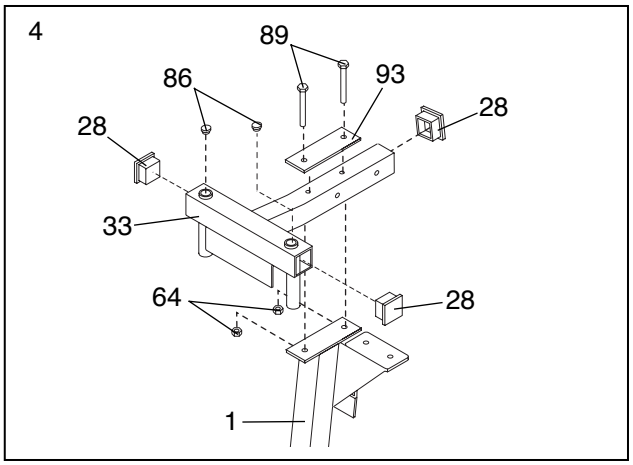


3. Placez le support situé sur l'extrémité inférieure du Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (1), sur les Boulons de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2" (92) qui ont été préalablement insérés dans la Base de l'Appareil Pectoral (4). Serrez manuellement deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64) sur les Boulons. **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**



4. Insérez trois Capuchons Int. Carrés de 2" (28) dans le Cadre Supérieur de l'Appareil Pectoral (33). Insérez deux Capuchons Int. Ronds de 1" (86) dans la partie supérieure du Cadre Supérieur (33) de l'Appareil Pectoral.

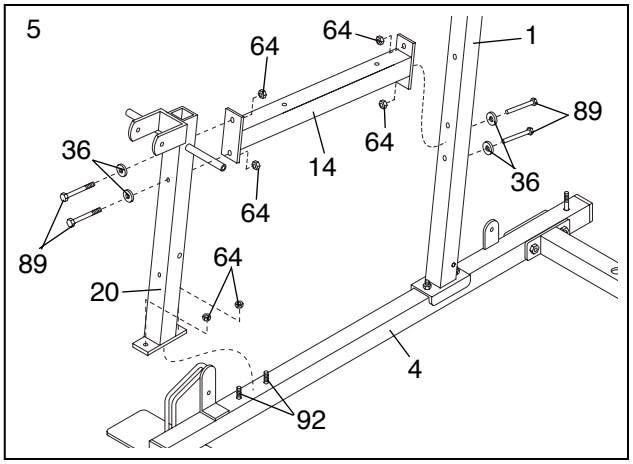
   Fixez le Cadre Supérieur de l'Appareil Pectoral (33) au Support du Montant Vertical (1) de l'Appareil Pectoral, à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 2 3/4" (89), d'une Plaque de Soutien munie d'orifices séparés par une distance de 3 1/2" (93) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64).



5. Fixez le Cadre du Siège de l'Appareil Pectoral (14) à la Patte Avant (20) à l'aide de deux boulons de 5/16" x 2 3/4" (89), de deux Rondelles de 5/16" (36) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

   Faites glisser le Support de la Patte Avant (20) sur les deux Boulons de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2" (92) qui ont été préalablement insérés dans la Base de l'Appareil Pectoral (4). Vissez avec les doigts deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64) sur les Boulons. **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

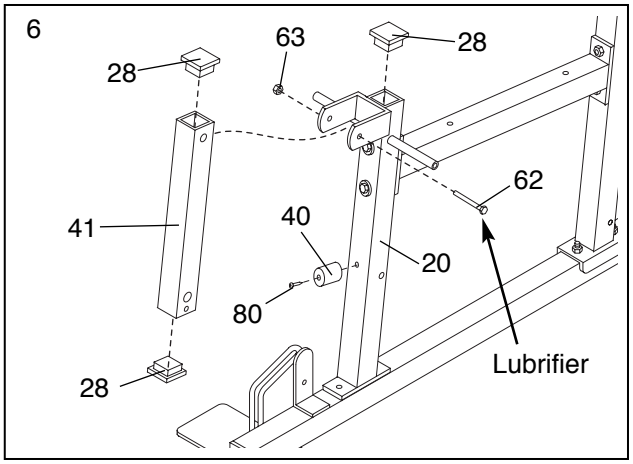
   Fixez le Cadre du Siège de l'Appareil Pectoral (14) au Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (1) à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 2 3/4" (89), de deux Rondelles de 5/16" (36) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**



6. Insérez un Capuchon Int. Carré de 2" (28) dans la partie supérieure de la Patte Avant (20). Insérez un Capuchon Int. Carré de 2" (28) dans chacune des extrémités du Petit Appareil de Musculation des Jambes (41).

   Fixez l'Amortisseur (40) à l'orifice de la Patte Avant (20) à l'aide d'une Vis de 1" (80).

   Lubrifiez le Boulon de 3/8" x 3 1/4" (62). Fixez le Petit Appareil de Musculation des Jambes (41) au support de la Patte Avant (20) à l'aide du Boulon et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Ne serrez pas trop l'Écrou car cet appareil de musculation doit pivoter facilement.**



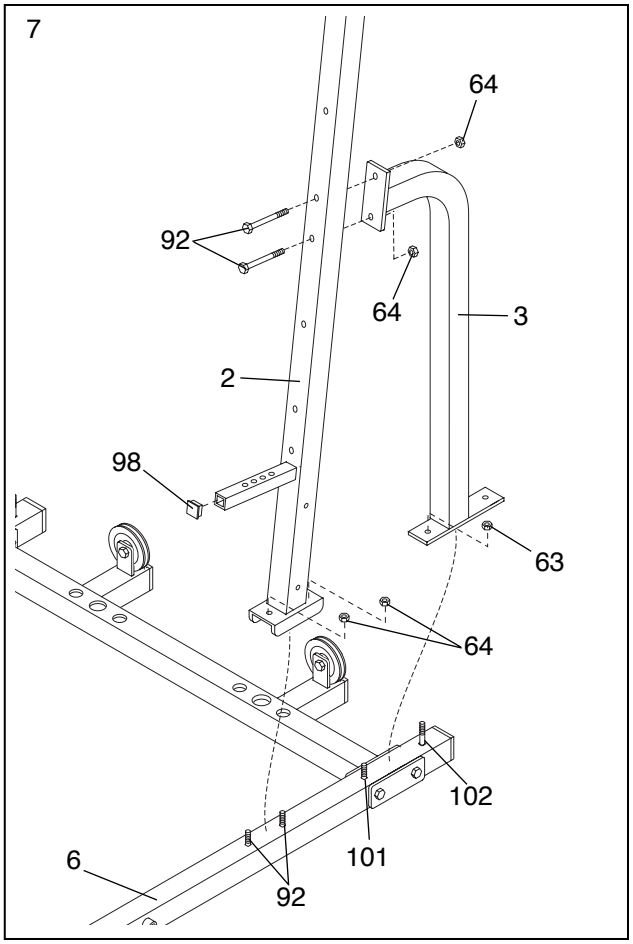
7. Insérez un Capuchon Int. Carré de 1" (98) dans le petit tube du Montant Vertical de l'Appareil de Musculation des Bras (2).

   Placez le support situé sur l'extrémité inférieure du Montant Vertical de l'Appareil de Musculation des Bras (2) sur les Boulons de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2" (92) qui ont été préalablement insérés dans la Base de l'Appareil de Musculation des Bras (6). Vissez manuellement deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64) sur les Boulons. **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

   Placez le support situé sur l'extrémité inférieure du Cadre de Soutien (3) sur le Boulon de Carrosserie de 3/8" x 2 1/2" (101) et le Boulon de Carrosserie de 3/8" x 4" (102) préalablement insérés dans la Base de l'Appareil de Musculation des Bras (6). Vissez manuellement un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63) sur le Boulon de Carrosserie de 3/8" x 2 1/2" (101). **Ne serrez pas encore l'Écrou de Verrouillage en Nylon.**

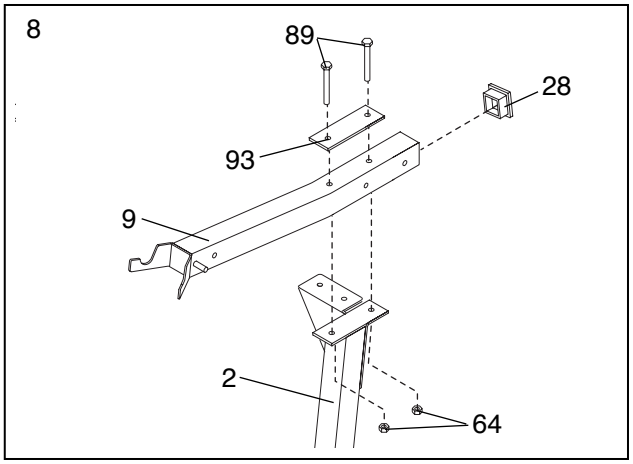
   Remarque: Ne vissez pas encore un Écrou de Verrouillage sur le Boulon de Carrosserie de 3/8" x 4" (102).

   Fixez le Cadre de Soutien (3) au Montant Vertical de l'Appareil de Musculation des Bras (2) à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 2 1/2" (92) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**



8. Insérez un Capuchon Int. Carré de 2" (28) dans le Cadre Supérieur (9) de l'Appareil de Musculation des Bras.

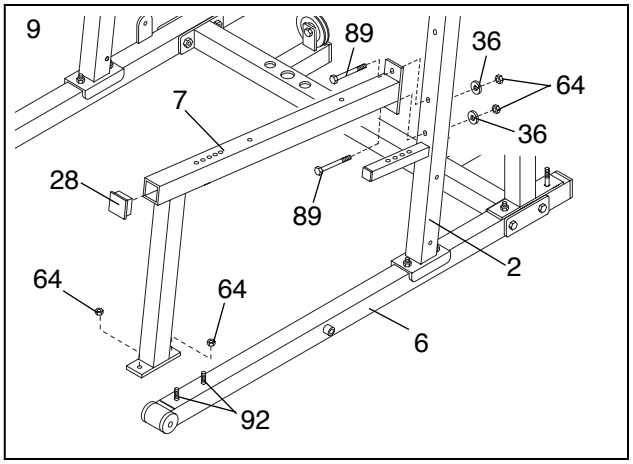
   Fixez le Cadre Supérieur de l'Appareil de Musculation des Bras (9) au support situé sur l'extrémité supérieure du Montant Vertical de l'Appareil (2), à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 2 3/4" (89), d'une Plaque de Soutien munie d'orifices séparés d'une distance de 3 1/2" (93) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64).



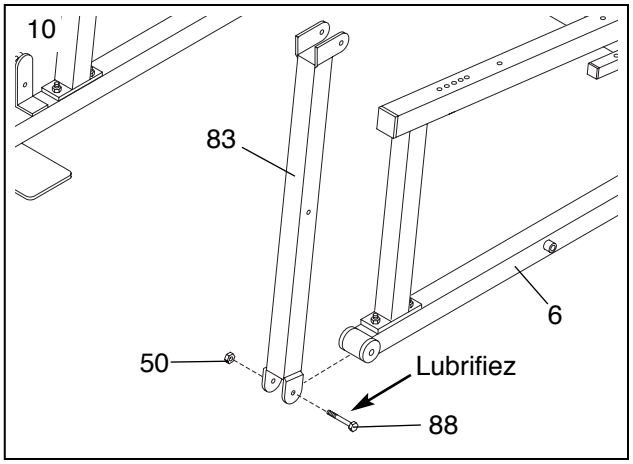
9. Insérez un Capuchon Int. Carré de 2" (28) dans le Cadre du Siège de l'Appareil de Musculation des Bras (7).

   Faites glisser le support de Cadre du Siège (7) sur les Boulons de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2" (92) qui ont été préalablement insérés dans la Base de l'Appareil de Musculation des Bras (6). Serrez manuellement deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64) sur les Boulons. **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

   Fixez le Cadre du Siège (7) au Montant Vertical de l'Appareil de Musculation des Bras (2), à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 2 3/4" (89), de deux Rondelles de 5/16" (36) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**



10. Lubrifiez le Boulon de 3/8" x 3" (88). Fixez l'Appareil de Musculation des Jambes (83) à la Base de l'Appareil de Musculation des Bras (6) à l'aide du Boulon et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Ne serrez pas trop l'Écrou car l'appareil de musculation des jambes doit pivoter facilement.**



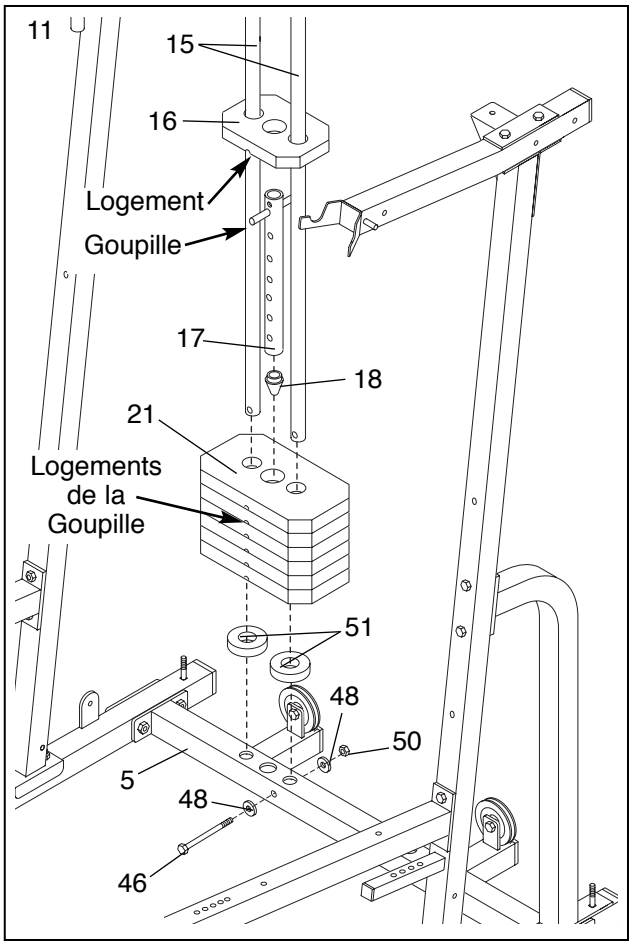
11. Placez deux Amortisseurs de Charges (51) dans les orifices des Poids (5). Faites glisser un Guide de Charges (15) dans chacun des orifices.

    Fixez le Guide de Charges (15) à la Base des Ensembles de Poids (5) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2 3/4" (46), de deux Rondelles Plates de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50).

    Faites glisser six Poids (21) sur les Guides de Charges (15). **Assurez-vous que les Poids soient tournés de manière à ce que les logements de la goupille d'ajustement pointent vers le bas.**

    Insérez un Amortisseur de Charges (18) dans l'extrémité inférieure du Tube de Charges Court (17). Faites glisser le Tube de Charges dans les orifices des Poids (21).

    Faites glisser un Poids Supérieur (16) sur les Guides de Charges (15). **Remarque : Assurez-vous que le Poids Supérieur soit tourné de manière à ce que le logement de la goupille soudée au Tube de Charges (17) soit vers le bas.**



12. Placez deux Amortisseurs de Charges (51) dans les orifices de la Base des Ensembles de Poids (5). Faites glisser un Guide de Charges (15) dans chacun des orifices.

    Fixez le Guide de Charges (15) à la Base des Ensembles de Poids (5) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2 3/4" (46), de deux Rondelles Plates de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50).

    Faites glisser dix Poids (21) sur les Guides de Charges (15). **Assurez-vous que les Poids soient tournés de manière à ce que les logements de la goupille d'ajustement pointent vers le bas.**

    Insérez un Amortisseur de Charge (18) dans l'extrémité inférieure du Long Tube de Charges (70). Faites glisser le Tube de Charges dans les orifices des Poids (21).

    Faites glisser un Poids Supérieur (16) sur les Guides de Charges (15). **Remarque : Assurez-vous que le Poids Supérieur soit tourné de manière à ce que le logement de la goupille soudée au Tube de Charges (70) soit vers le bas.**

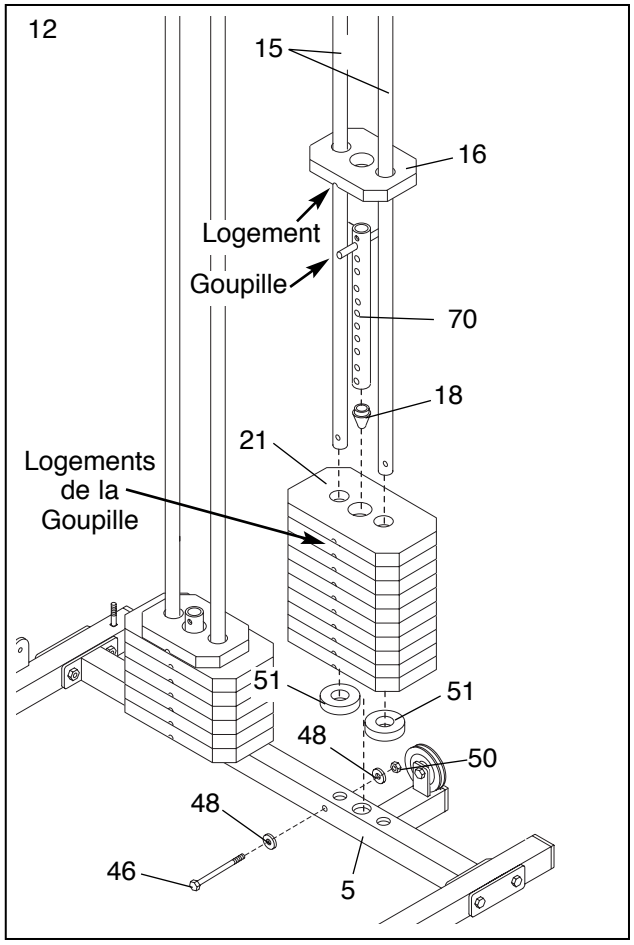
13. Placez le Cadre Supérieur des Ensembles de Poids (66) sur les Supports des Montants Verticaux (1 et 2). **Remarque : Les quatre Guides de Charges (15) doivent être derrière le Cadre Supérieur des Ensembles de Poids, comme l'indique le schéma de l'étape 14.**

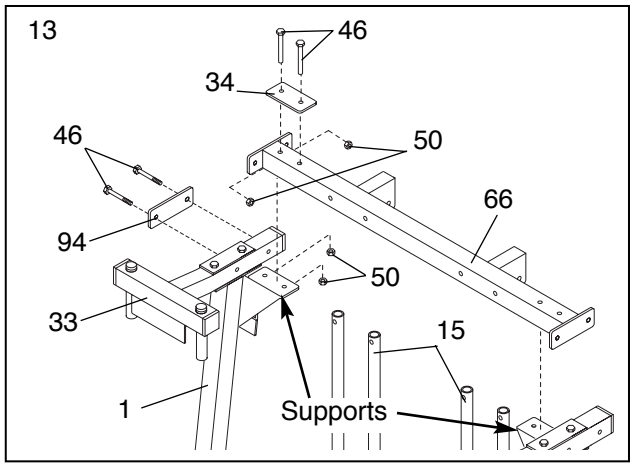
    Fixez le Cadre Supérieur des Ensembles de Poids (66) au Cadre Supérieur de l'Appareil Pectoral (33), à l'aide de deux Boulons de 3/8" x 2 3/4" (46), d'une Plaque de Soutien munie d'orifices séparés par une distance de 4" (94) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

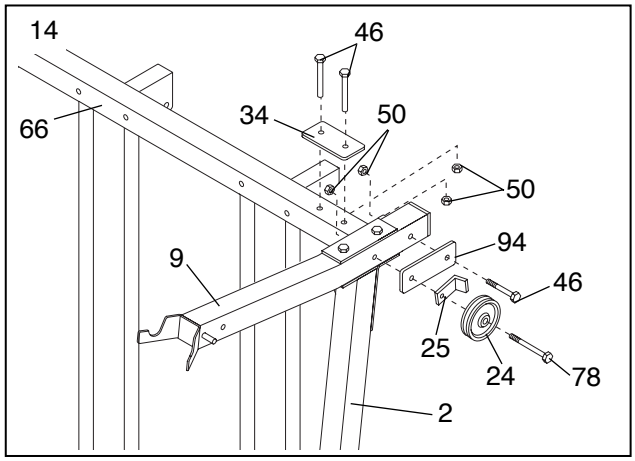
    Fixez le Cadre Supérieur des Ensembles de Poids (66), au Support du Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (1) à l'aide de deux Boulons de 3/8" x 2 3/4" (46), d'une Plaque de Soutien munie d'orifices séparés par une distance de 2 1/2"(34) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

14. Fixez le Cadre Supérieur des Ensembles de Poids (66) au Cadre Supérieur de l'Appareil de Musculation des Bras (9), à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2 3/4" (46), d'une Plaque de Soutien munie d'orifices séparés par une distance de 4" (94) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). Faites glisser une Poulie de 3 1/2" (24) ainsi qu'un Support de Poulie (25) sur un Boulon de 3/8" x 4" (78). Insérez le Boulon dans la Plaque de Soutien (94) et vissez avec les doigts un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50).

    Fixez le cadre supérieur des Ensembles de Poids (66) au support du Montant Vertical de l'Appareil de Musculation des Bras (2), à l'aide de deux Boulons de 3/8" x 2 3/4" (46), d'une Plaque de Soutien munie d'orifices séparés par une distance de 2 1/2" (34) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Ne serrez pas encore les Écrous de Blocage en Nylon.**

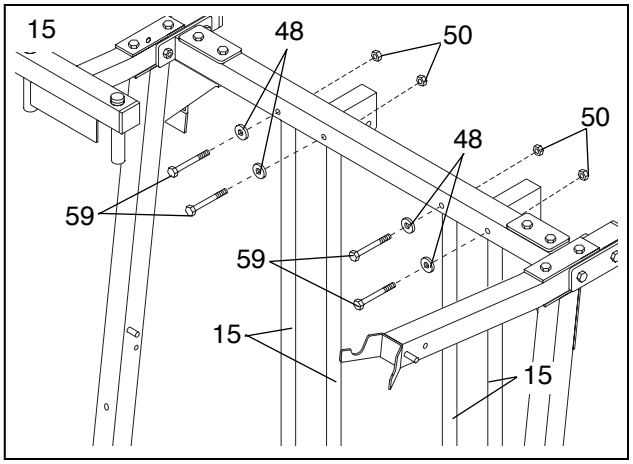






15. Fixez chacun des quatre Guides de Charges (15) au Cadre Supérieur des Ensembles de Poids (66) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 3 3/4" (59), d'une Rondelle Plate de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50).

Avis important : Serrez tous les Écrous de Blocage en Nylon utilisés aux étapes 1 à 15.

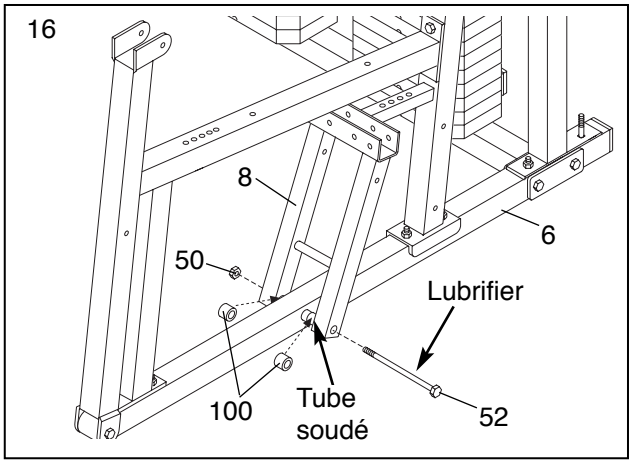


Assemblage des Bras

16. **Localisez et ouvrez le sac de quincaillerie portant la mention "ARM ASSEMBLY" (ASSEMBLAGE DES BRAS).**

Insérez une Douille en Plastique (100) dans chacun des tubes soudés au Cadre de l'Appareil de Musculation des Bras (8).

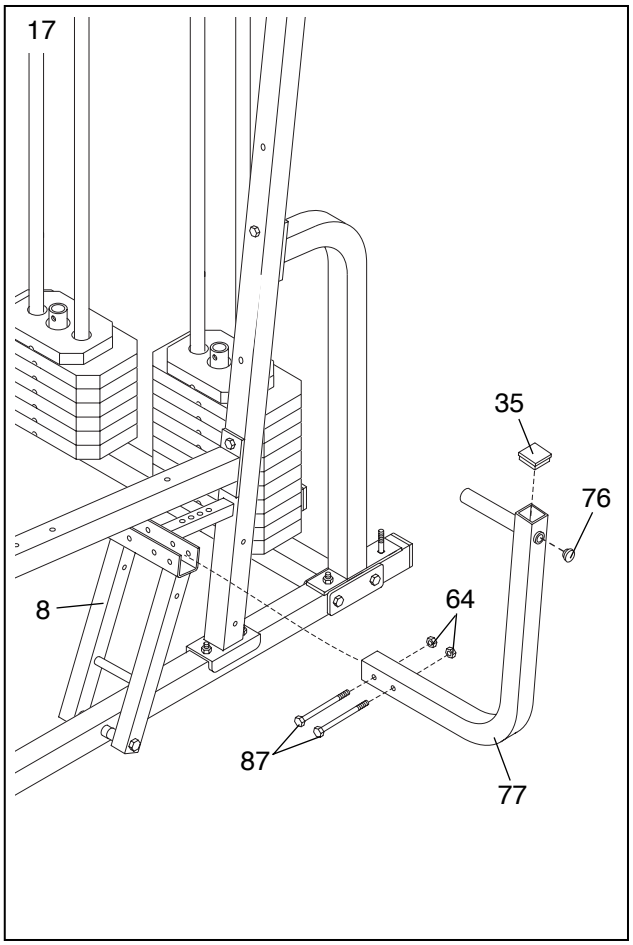
Lubrifiez le Boulon de 3/8" x 8" (52). Fixez le Cadre de l'Appareil de Musculation des Bras (8), aux tubes soudés à la Base de l'Appareil de Musculation des Bras (6) à l'aide du Boulon et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Ne serrez pas trop l'Écrou car le Cadre de l'Appareil doit pivoter facilement.**



17. Insérez un Capuchon Int. Carré de 1 3/4" (35) dans l'extrémité Supérieure de l'Appareil de Musculation des Bras (77). Insérez un Capuchon Int. Rond de 1" (76) dans l'orifice de l'Appareil.

Fixez l'Appareil (77) au Support du Cadre de l'Appareil de Musculation des Bras (8) à l'aide de deux Boulons de 5/16" x 21/2" (87) et de deux Écrous de Blocage en Nylon de 5/16" (64).

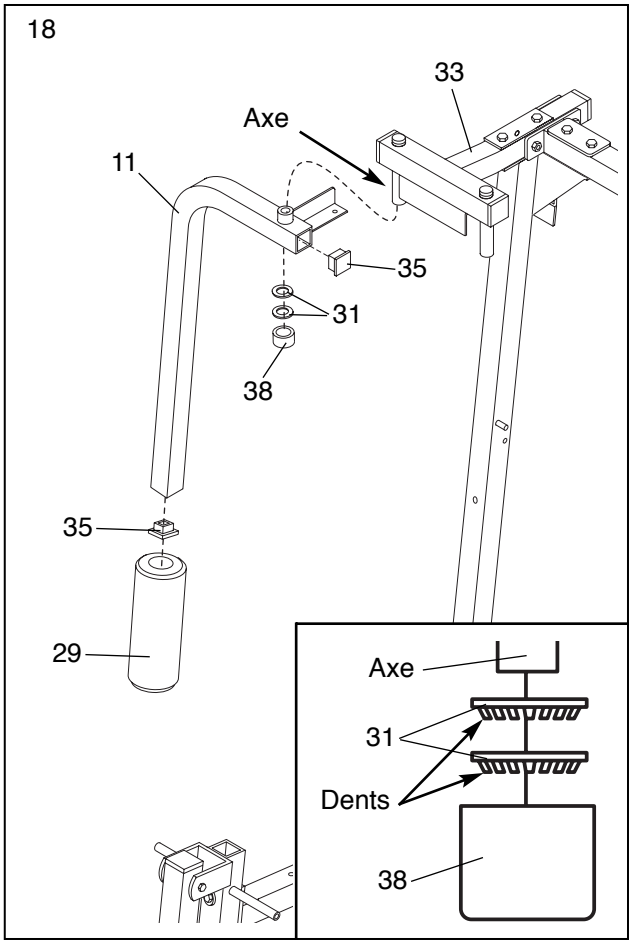
Répétez cette opération pour assembler le second Appareil pour les Bras (77, non illustré).



18. Insérez un Capuchon Int. Carré de 1 3/4" (35) dans chacune des extrémités de l'Appareil Pectoral (11). Lubrifiez l'extrémité inférieure du Bras avec de l'eau savonneuse. Faites glisser un Coussinet de Mousse (29) sur l'extrémité inférieure du Bras.

    Lubrifiez l'axe du Cadre Supérieur de l'Appareil Pectoral (33). Orientez le Bras Droit de l'Appareil Pectoral (11) de la manière indiquée sur le schéma et faites-le glisser sur l'axe. Maintenez le Bras en place à l'aide de deux Bagues de Sûreté (31) et d'un Capuchon Ext. Rond de 1" (38). **Remarque: Placez les Bagues de sûreté sur le dessus du Capuchon Ext. inversé et faites-les glisser sur le Capuchon Ext. en tapant doucement avec un marteau. Assurez-vous que les dents des Bagues soient recourbées vers le Capuchon Ext. comme l'indique le schéma en cartouche.**

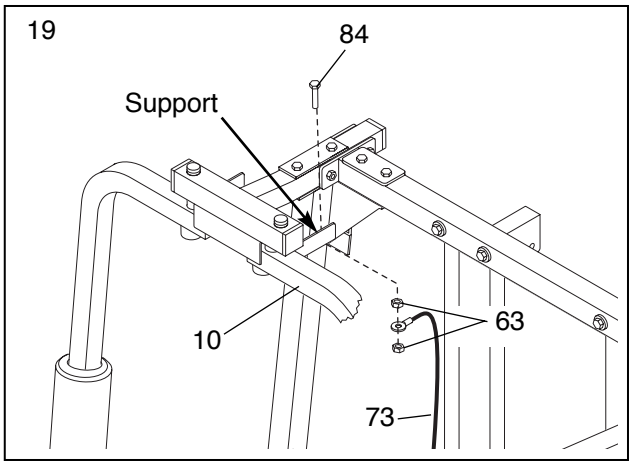
    Répétez cette opération pour assembler le Bras Gauche de l'Appareil Pectoral (10, non illustré).



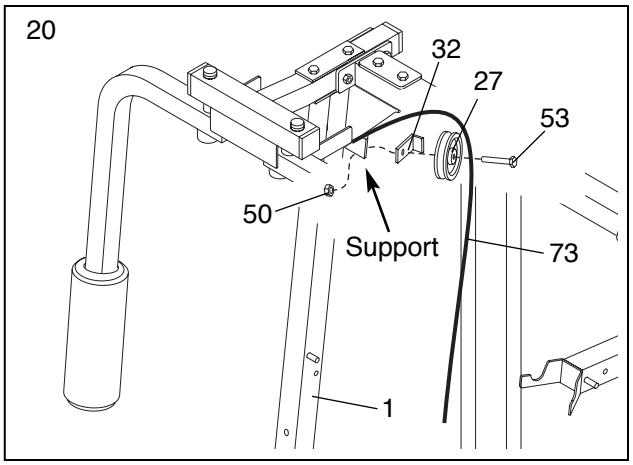
Assemblage des Câbles

19. **Localisez et ouvrez le sac de quincaillerie qui porte la mention "CABLE ASSEMBLY" (ASSEMBLAGE DES CÂBLES). Pour identifier les Câbles et savoir où faire passer les Câbles aux étapes 19 à 49, référez-vous aux Schémas du Câblage et au Tableau d'Identification des Câbles aux pages 23 et 24.**

    Identifiez le Câble de l'Appareil Pectoral (73). Il a une longueur d'environ 52" et est muni d'une boucle fermée à chacune de ses extrémités. Fixez le Câble de l'Appareil Pectoral au Support du Bras Gauche de l'Appareil (10) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 1" (84) et de deux Écrous de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Remarque: La Boucle du Câble et les deux Écrous doivent être placés sous le support soudé.**

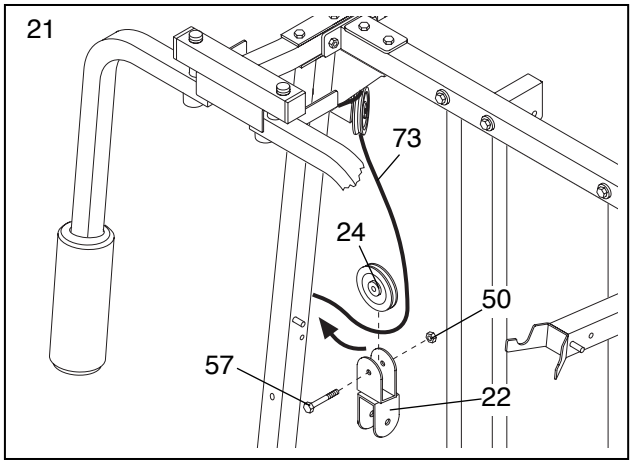


20. Ouvrez le sac marqué Sac pour Poulie 2 (Pulley bag 2). Enlevez une Poulie en "V". Gardez le reste des Poulies dans le sac pour identification future. Enroulez le Câble de l'Appareil Pectoral (73) autour d'une Poulie en "V" (27) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie en "V" ainsi qu'un gros Support de Câble (32) au support **situé à l'arrière du Montant Vertical de l'Appareil (1)** à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2 1/2" (53) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Large Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**

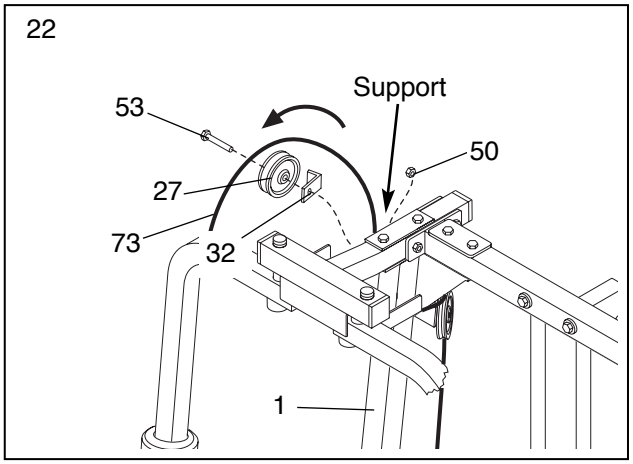


21. Retirez les deux Poulies de 3 1/2" (24) du Petit Support de Poulie pré assemblé (22).

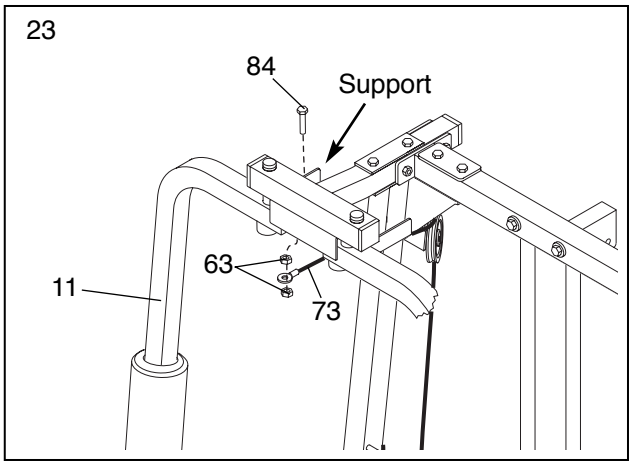
    Enroulez le Câble de l'Appareil Pectoral (73) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie au Petit Support de Poulie (22) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 1 3/4" (57) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Petit Support de Poulie soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**



22. Enroulez le Câble de l'Appareil Pectoral (73) autour d'une Poulie en "V" (27) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie en "V" ainsi qu'un Large Support de Câble (32) au support **situé à l'arrière du Montant Vertical de l'Appareil (1)** à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2 1/2" (53) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Large Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**

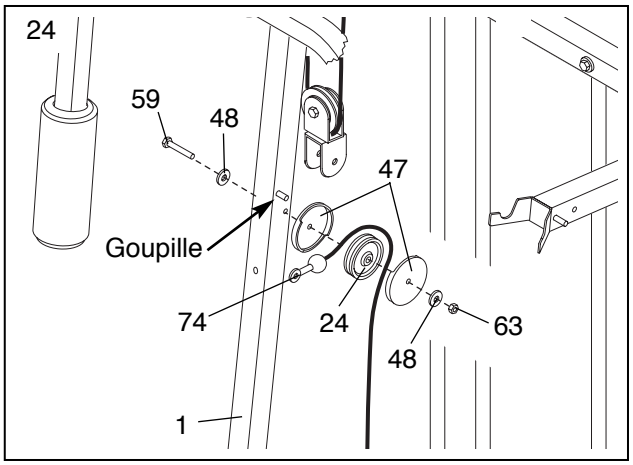


23. Fixez le Câble de l'Appareil Pectoral (73) au Support du Bras Droit de l'Appareil Pectoral (11) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 1" (84) et de deux Écrous de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Remarque : La Boucle du Câble et les deux Écrous doivent être placés sous le support soudé.**



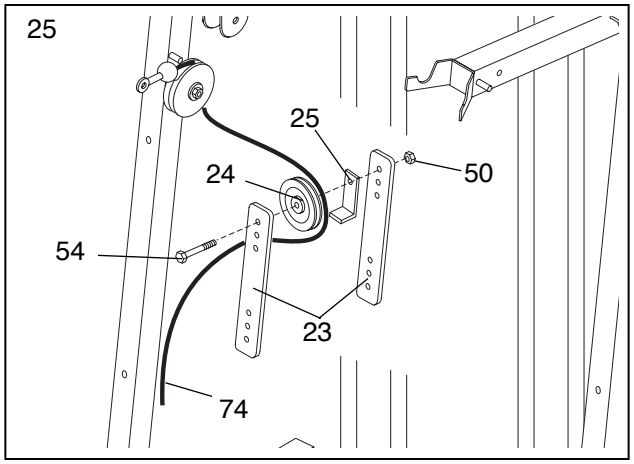
24. Identifiez le Câble du Contracteur Abdominal (74). Il a une longueur d'environ 224" et est muni d'une bille à une extrémité et d'une tige filetée à l'autre extrémité. Commencez par fixer l'extrémité du câble munie d'une bille.

    Enroulez le Câble du Contracteur Abdominal (74) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Placez deux Couvercles de Poulie (47) sur la poulie de manière à ce que les fentes des Couvercles de Poulie soient placées sur le Câble. Fixez la Poulie ainsi que les Couvercles de Poulie à l'orifice du Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (1) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 3 3/4" (59), de deux Rondelles Plates de 3/8" (48) et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Assurez-vous que le Câble soit placé entre la Poulie et la goupille soudée au Montant Vertical.**

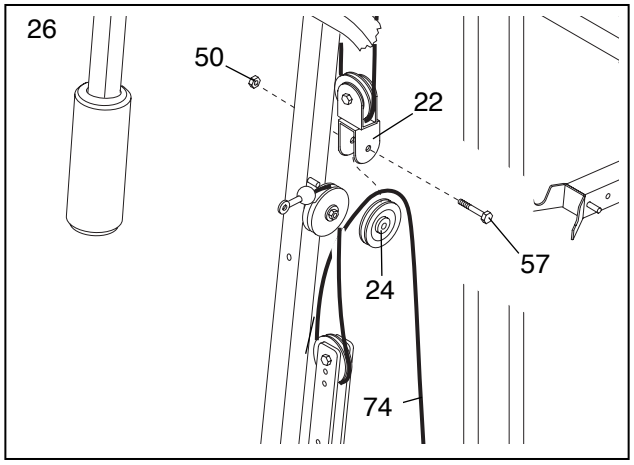


25. Détachez les deux Poulies de 3 1/2" (24) des Plaques de Poulie Ajustables (23).

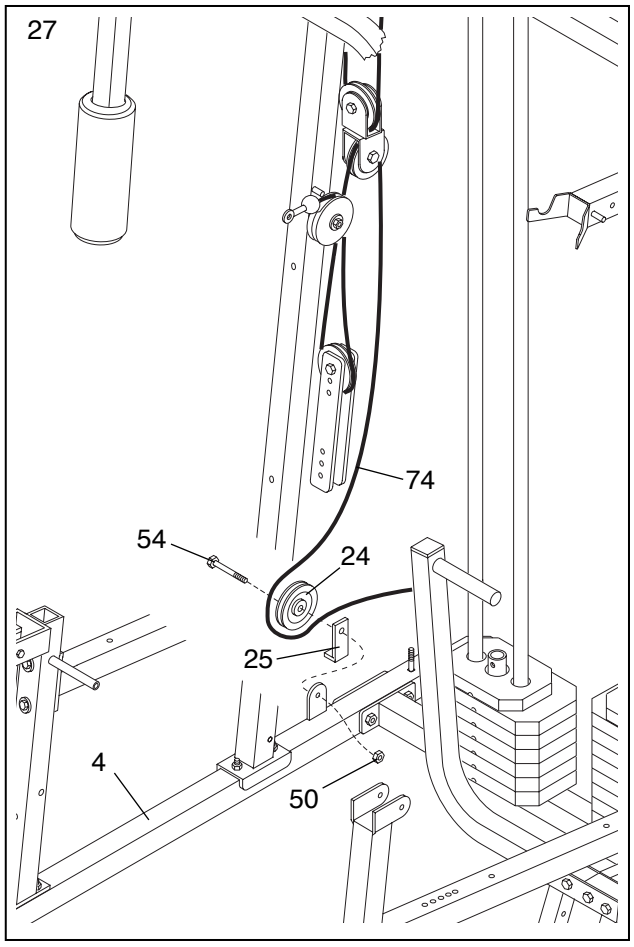
    Enroulez le Câble du Contracteur Abdominal (74) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) à l'orifice supérieur des deux Plaques de Poulie Ajustables (23) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2" (54) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Support de Câble et les Plaques de Poulie soient orientés de la manière indiquée sur le schéma.**



26. Enroulez le Câble du Contracteur Abdominal (74) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie au Petit Support de Poulie (22) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 1 3/4" (57) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Support de Poulie soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**



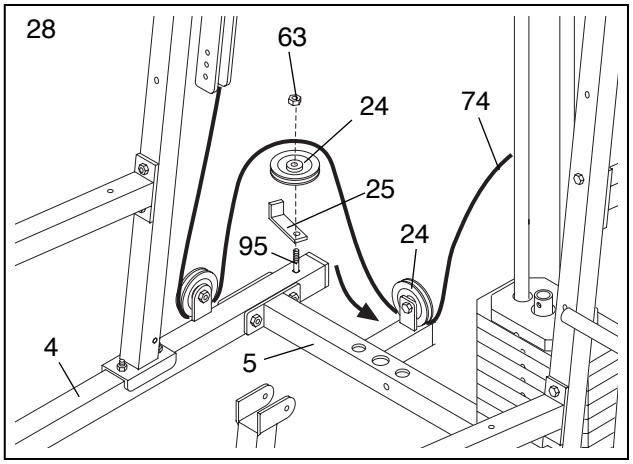
27. Enroulez le Câble du Contracteur Abdominal (74) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) au support soudé à la Base de l'Appareil Pectoral (4) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2" (54) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**



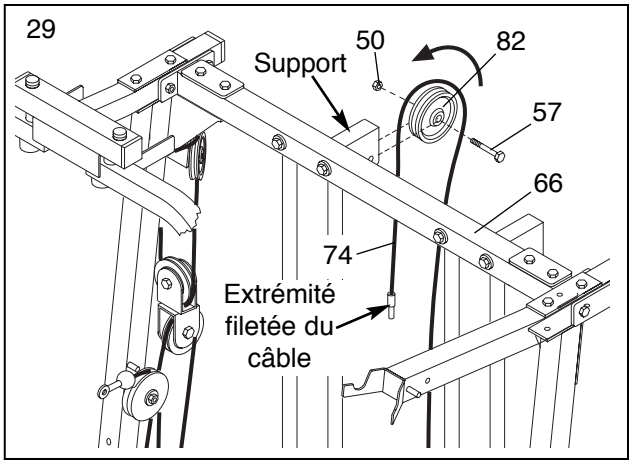
28. Enroulez le Câble du Contracteur Abdominal (74) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) sur le Boulon de Carrosserie de 3/8" X 3 1/2" (95) qui a té préalablement inséré dans la Base de l'Appareil Pectoral (4). Maintenez la Poulie en place à l'aide d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**

    Faites passer l'extrémité filetée du Câble du Contracteur Abdominal (74) sous la Poulie de 3 1/2" (24) qui est déjà installée sur la Base des Ensembles de Poids (5). **Assurez-vous que le Câble suive la direction indiquée sur le schéma.**

    Remarque : Pour faciliter l'assemblage, certaines pièces ne sont pas illustrées sur ce schéma-ci et les schémas suivants.

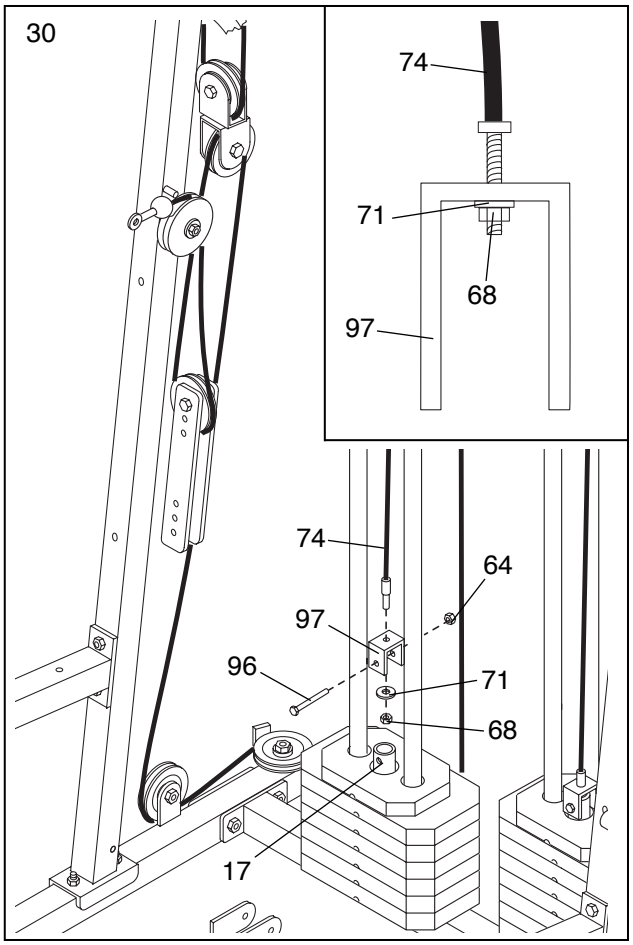


29. Enroulez le Câble du Contracteur Abdominal (74) autour d'une Poulie de 4 1/2" (82) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie à l'intérieur du support situé sur le Cadre Supérieur des Ensembles de Poids (66) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 1 3/4" (57) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que l'extrémité filetée du Câble du Contracteur Abdominal passe dans le Support de la manière indiquée sur le schéma.**



30. Fixez l'extrémité filetée du Câble du Contracteur Abdominal (74) à un Support en "U" (97) à l'aide d'une Rondelle Plate de 1/4" (71) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 1/4" (68).

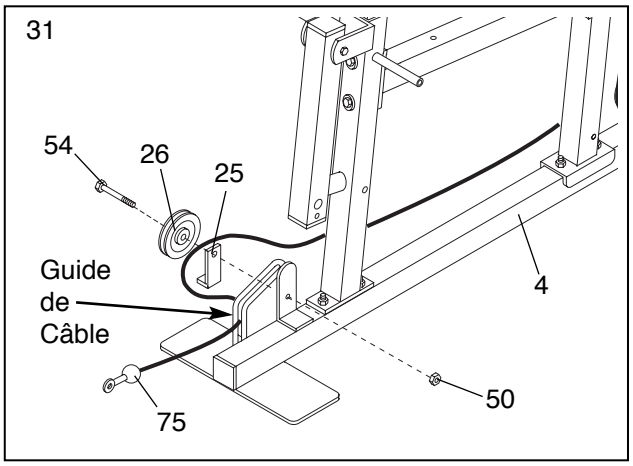
    Fixez le Support en "U" (97) à l'orifice du Petit Tube de Charges (17) à l'aide d'un Boulon de 5/16" x 1 3/4" (96) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Remarque : Ne serrez pas complètement l'Écrou de Blocage en Nylon; vissez-le sur l'extrémité du Câble en faisant uniquement deux tours. Référez-vous au schéma en cartouche.**



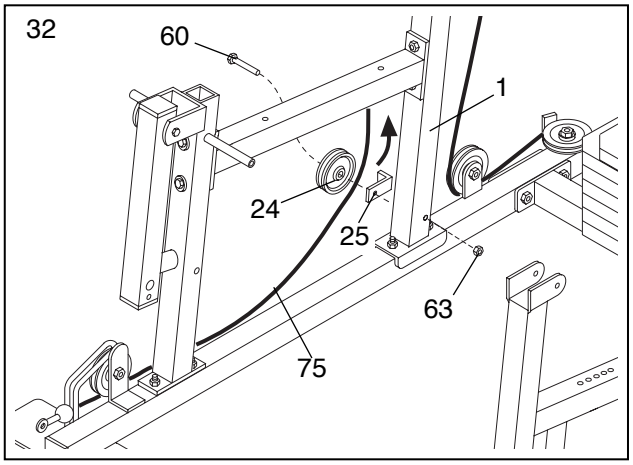
31. Détachez la poulie Pro (26) du sac marqué sac pour la Poulie 2 (Pulley bag 2).

    Identifiez le câble de la Poulie Inférieure (75). Il a une longueur d'environ 143 1/2" et est muni d'une bille à une extrémité et d'une boucle à l'autre extrémité. Faites passer l'extrémité munie d'une boucle dans la fente du guide de câble situé sur la Base de l'Appareil Pectoral (4).

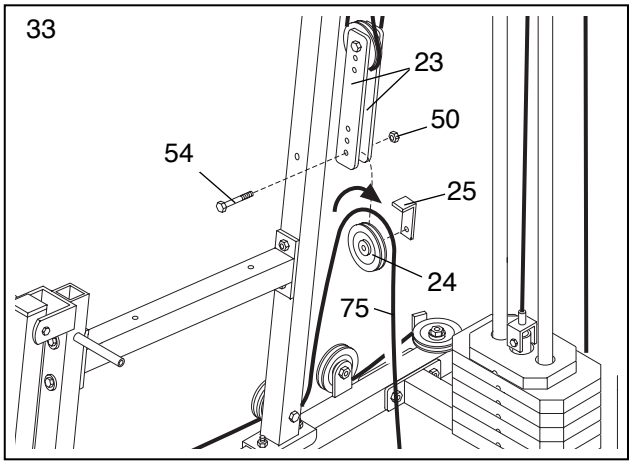
    Faites passer le Câble de la Poulie Inférieure (75) sous une Poulie Pro (26) de la manière indiquée sur le schéma. Fixez la poulie Pro ainsi qu'un Support de Poulie (25) au support situé sur la Base de l'Appareil Pectoral (4) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2" (54) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**



32. Enroulez le câble de la Poulie Inférieure (75) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée. Fixez la poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) à l'orifice situé sur le Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (1) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60) et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Remarque : Vissez l'Écrou de Verrouillage sur le Boulon en faisant uniquement deux tours puisque vous fixerez une autre Poulie au Boulon lors d'une étape ultérieure. Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière illustrée.**

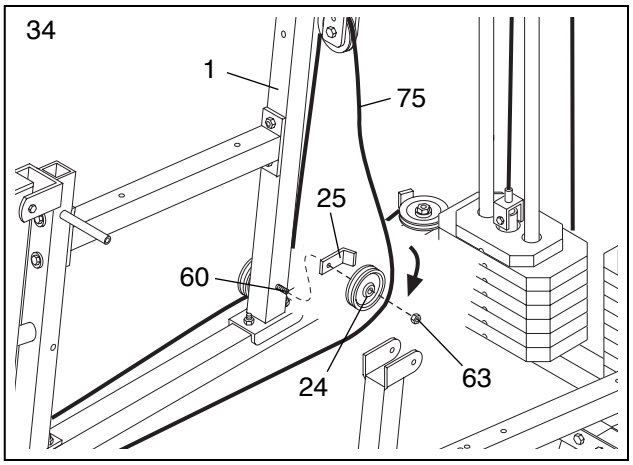


33. Enroulez le Câble de la Poulie Inférieure (75) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) à l'orifice inférieur des Plaques de Poulie Ajustables (23) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2" (54) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**

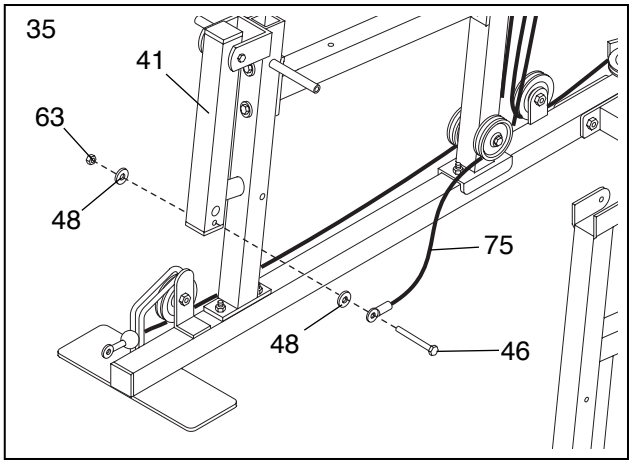


34. Dévissez l'Écrou de Verrouillage de 3/8" (63) du Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60) que vous avez insérez dans le Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (1) à l'étape 32.

    Enroulez le Câble de la Poulie Inférieure (75) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) à un Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60) à l'aide de l'Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**

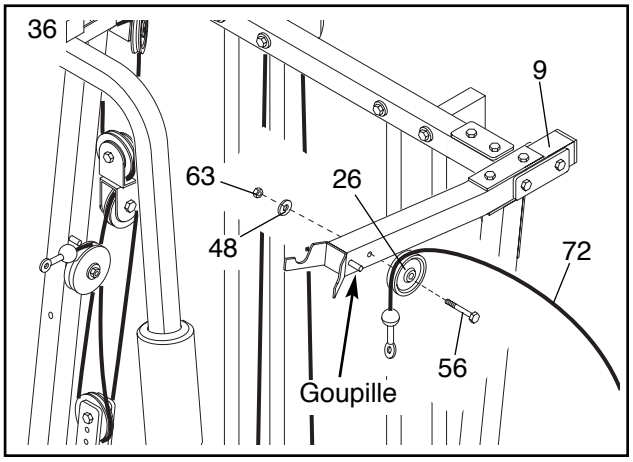


35. Fixez la boucle située à l'extrémité du câble de la Poulie Inférieure (75) à l'orifice situé sur le Petit Appareil de Musculation des Jambes (41) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 2 3/4" (46), de deux Rondelles Plates de 3/8" (48) et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63).

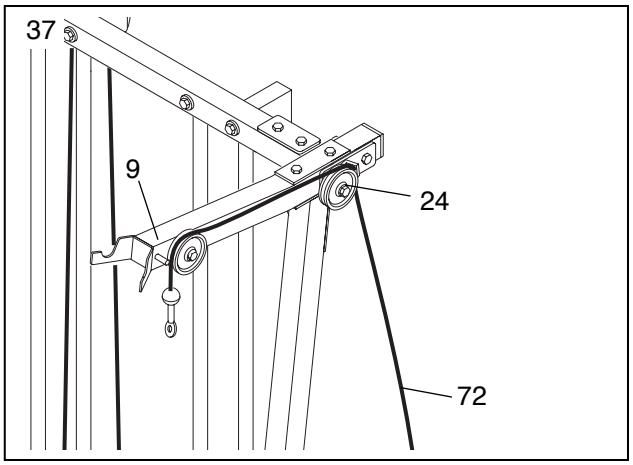


36. Enlevez une Poulie Pro (26) du sac marqué Poulie 2 (Pulley bag 2). Identifiez le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72). Il a une longueur d'environ 389 1/2" et est muni d'une bille à une extrémité et d'une tige filetée à l'autre extrémité. Fixez d'abord l'extrémité munie d'une bille.

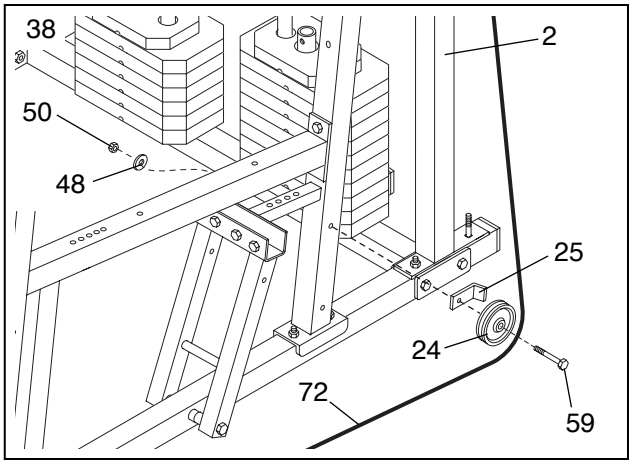
    Enroulez le Câble de l'Appareil (72) autour d'une Poulie Pro (26) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie à l'orifice situé sur le Cadre Supérieur (9) de l'Appareil de Musculation des Bras à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 3 1/2" (56), d'une Rondelle Plate de 3/8" (48) et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Assurez-vous que le Câble soit entre la Poulie et la goupille soudée au Cadre Supérieur de l'Appareil de**



37. Faites passer l'extrémité filetée du Câble de l'Appareil (72) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) qui est déjà fixée au Cadre Supérieur (9).



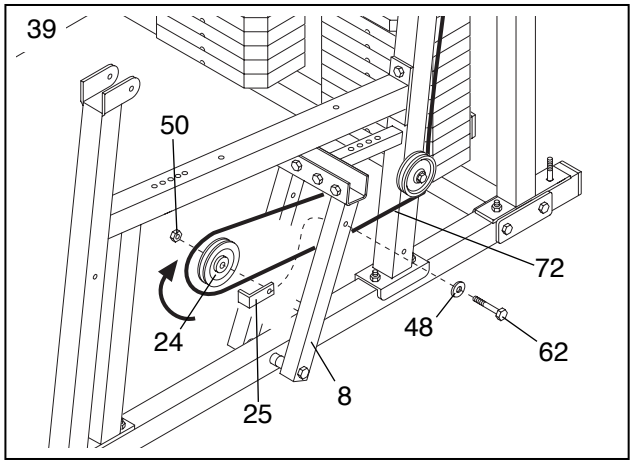
38. Enroulez le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie à l'orifice situé sur le Montant Vertical de l'Appareil (2) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 3 3/4" (59), d'une Rondelle Plate de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**



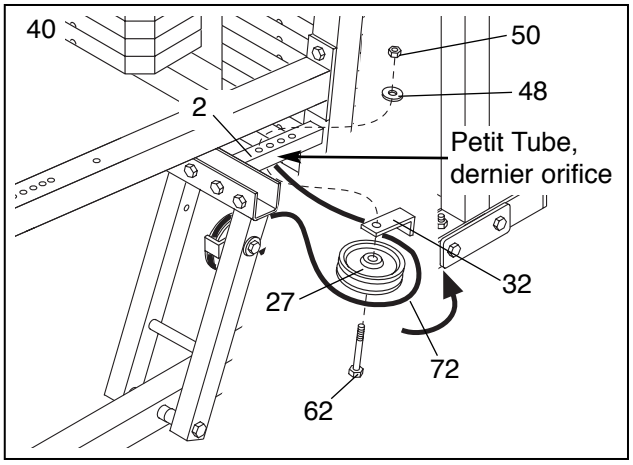
39. **Avis Important : Il est important que vous exécutiez correctement les étapes qui suivent. Le bon fonctionnement de votre appareil en dépend. Assurez-vous d'enrouler le câble autour des poulies de la manière indiquée à chacune des étapes.**

    Faites passer le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) dans l'ouverture du Cadre de l'Appareil (8) et enroulez le Câble autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Faites passer l'extrémité du Câble dans l'ouverture du Cadre de l'Appareil de Musculation des Bras.

    Fixez la Poulie (24) à l'orifice situé sur le Cadre (8) de l'Appareil de Musculation des Bras à l'aide d'un Boulon de 3 /8" x 3 1/4" (62), d'une Rondelle Plate de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que la Poulie soit installée à l'intérieur du Cadre de l'Appareil. Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée.**

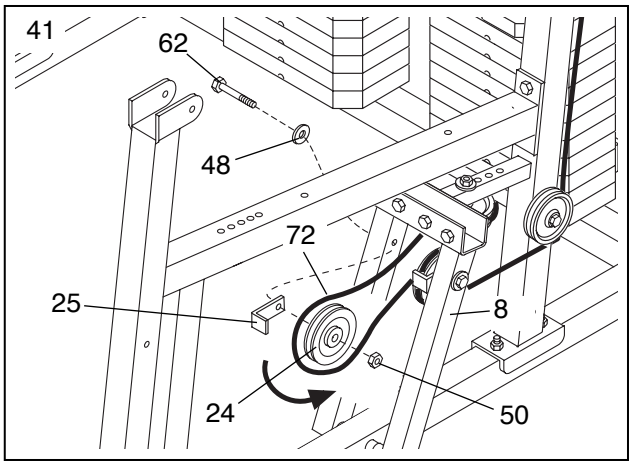


40. Enroulez le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie en "V" (27) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie en "V" ainsi qu'un gros Support de Câble (32) au Petit tube situé sur le Montant Vertical de l'Appareil de Musculation des bras (2) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 3 1/4" (62), d'une Rondelle Plate de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Remarque: Le petit tube est muni de quatre orifices de réglage. Fixez la Poulie en "V" à l'orifice qui est le plus éloigné du Montant Vertical. Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**



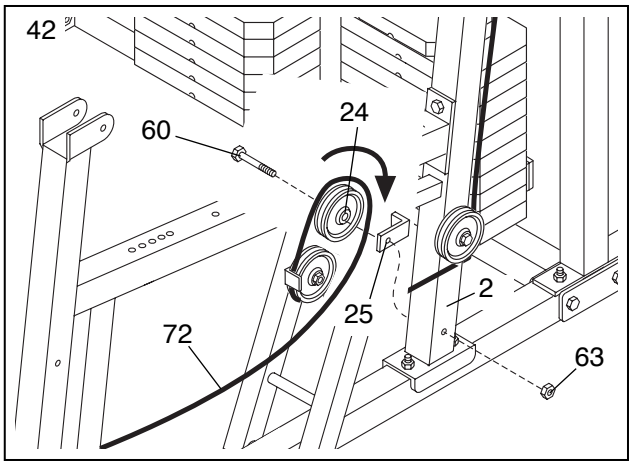
41. Faites passer le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) dans l'ouverture du Cadre de l'Appareil de Musculation des Bras (8) et enroulez le Câble autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Ensuite, refaites passer le câble dans l'ouverture du cadre de l'Appareil (8).

    Fixez la Poulie (24) à l'orifice situé sur le Cadre de l'Appareil de Musculation (8) des Bras à l'aide d'un Boulon de 3 /8" x 3 1/4" (62), d'une Rondelle Plate de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que la Poulie soit installée à l'intérieur du Cadre de l'Appareil. Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée.**

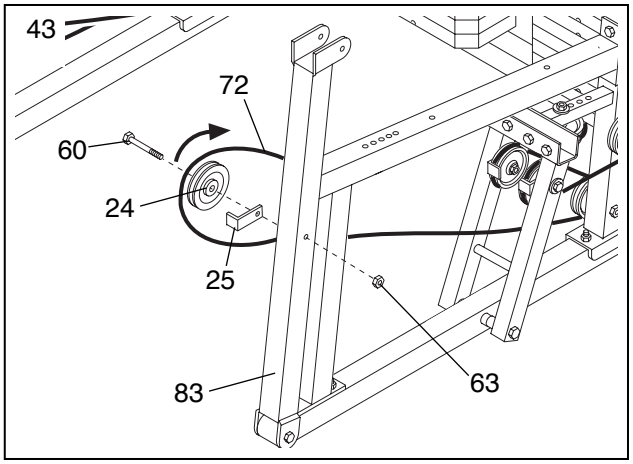


42. Enroulez le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) à l'orifice **situé sur l'extrémité inférieure du Montant Vertical de l'Appareil (2)** à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60) et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). Remarque : Vissez l'Écrou de Verrouillage sur le Boulon en faisant uniquement deux tours puisque vous fixerez une autre Poulie au Boulon lors d'une étape ultérieure. Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière illustrée.

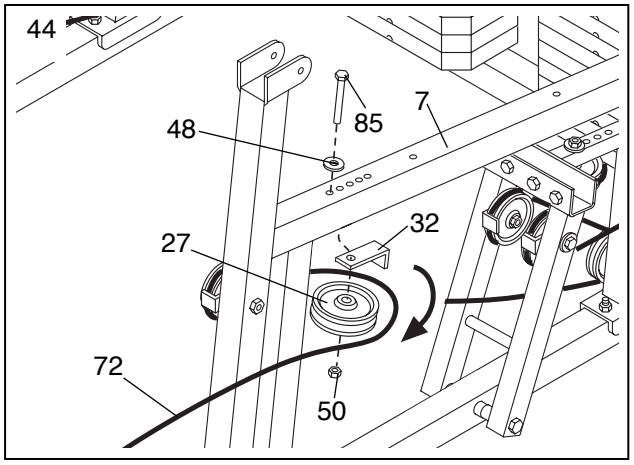
    Refaites passer le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) dans l'ouverture du Cadre de l'Appareil (8) , de façon à ce que l'extrémité soit en avant du Cadre.



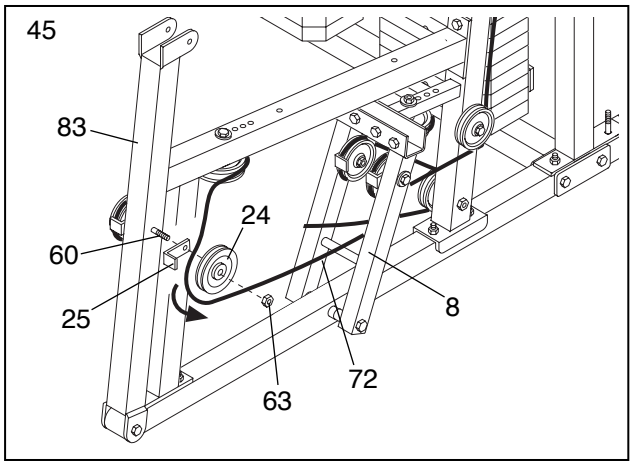
43. Enroulez le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) à l'orifice situé sur l'Appareil de Musculation des Jambes (83) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60) et d'un Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Remarque : Vissez l'Écrou de Verrouillage sur le Boulon en faisant uniquement deux tours puisque vous fixerez une autre Poulie au Boulon lors d'une étape ultérieure. Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière illustrée.**



44. Enroulez le câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie en "V" (27) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie en "V" ainsi qu'un Large Support de Câble (32) sous le Cadre du Siège de l'Appareil de Musculation des Bras (7) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 4 1/4" (85), d'une Rondelle Plate de 3/8" (48) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Remarque : Le Cadre du Siège de l'Appareil est muni de cinq orifices de réglage. Installez la Poulie en "V" dans l'orifice le plus près de l'Appareil de Musculation des Jambes. Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière indiquée sur le schéma.**

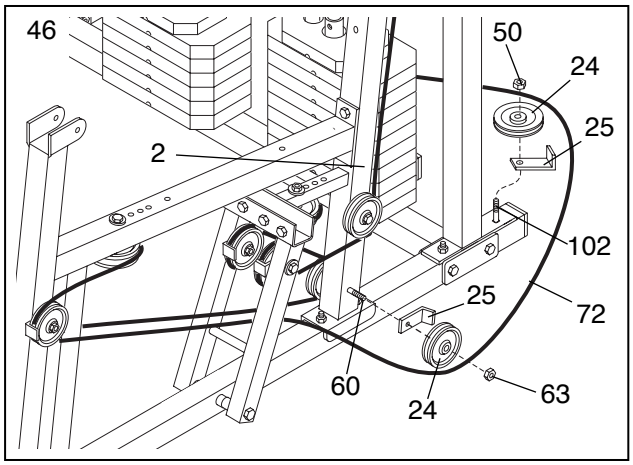


45. Enroulez le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) à l'orifice situé sur l'Appareil de Musculation des Jambes (83). Servez-vous du Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60) qui a été inséré à l'étape 43 et maintenez la Poulie en place à l'aide de l'Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière illustrée.**

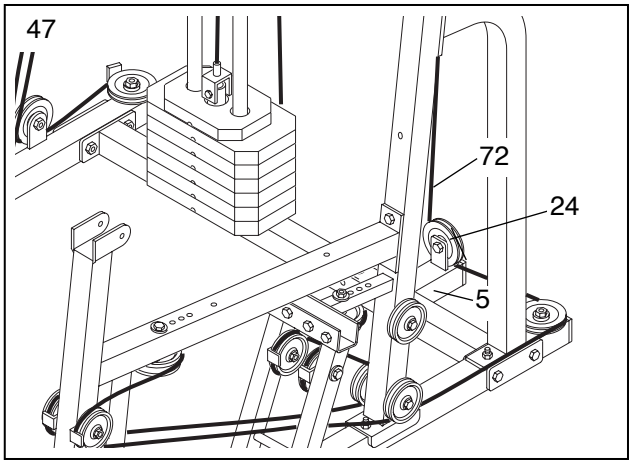


46. Enroulez le câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) au Montant Vertical de l'Appareil (2). Servez-vous du Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60) qui a été inséré à l'étape 42 et maintenez la Poulie en place à l'aide de l'Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière illustrée.**

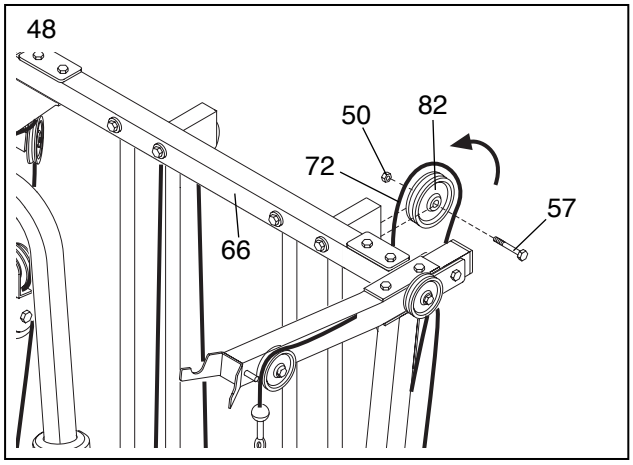
Enroulez le câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie de 3 1/2" (24) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie ainsi qu'un Support de Câble (25) au Boulon de Carrosserie de 3/8" x 4" (102) qui a été inséré dans la base de l'Appareil de Musculation des Bras (6) à une étape antérieure. Maintenez la Poulie en place à l'aide de l'Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que le Support de Câble soit orienté de la manière illustrée.**



47. Faites passer l'extrémité filetée du Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour de la Poulie de 3 1/2" (24) que vous avez installé précédemment sur la base de l'Ensemble de Poids (5).



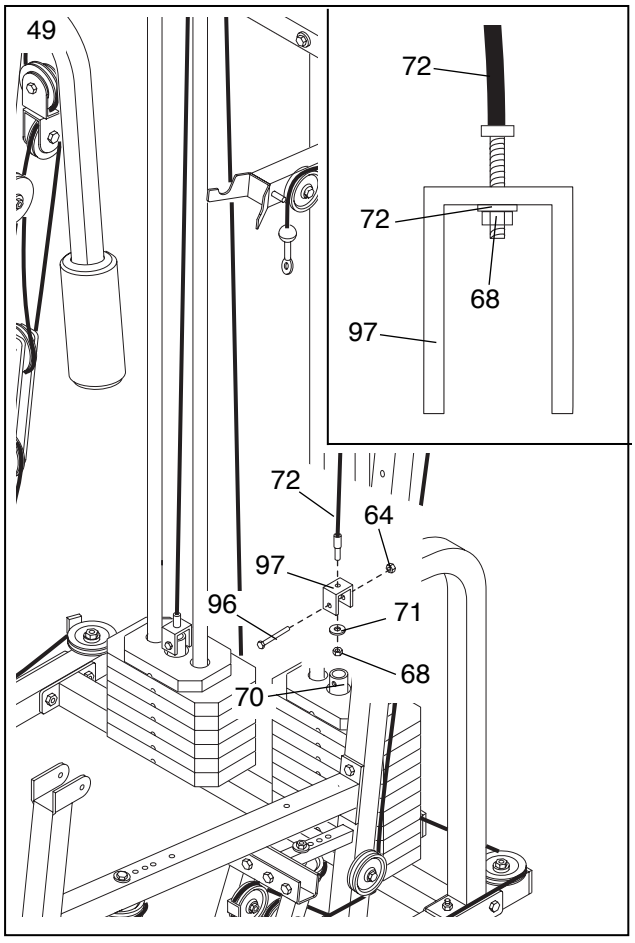
48. Enroulez le câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) autour d'une Poulie de 4 1/2" (82) en suivant la direction indiquée sur le schéma. Fixez la Poulie à l'intérieur du support du Cadre Supérieur de l'Ensemble de Poids (66) à l'aide d'un Boulon de 3/8" x 1 3/4" (57) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50). **Assurez-vous que l'extrémité du Câble passe dans le support de la manière indiquée sur le schéma.**



49. Fixez l'extrémité filetée du Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) au Support en "U" (97) à l'aide d'une Rondelle Plate de 1/4" (71) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 1/4" (68).

    Fixez le Support en "U" (97) à l'orifice du Long Tube de Charges (70) à l'aide d'un Boulon de 5"16" x 1 3/4" (96) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 5/16" (64). **Remarque : Ne serrez pas l'Écrou; vissez-le sur l'extrémité du Câble en faisant uniquement deux tours comme l'indique le schéma en cartouche.**

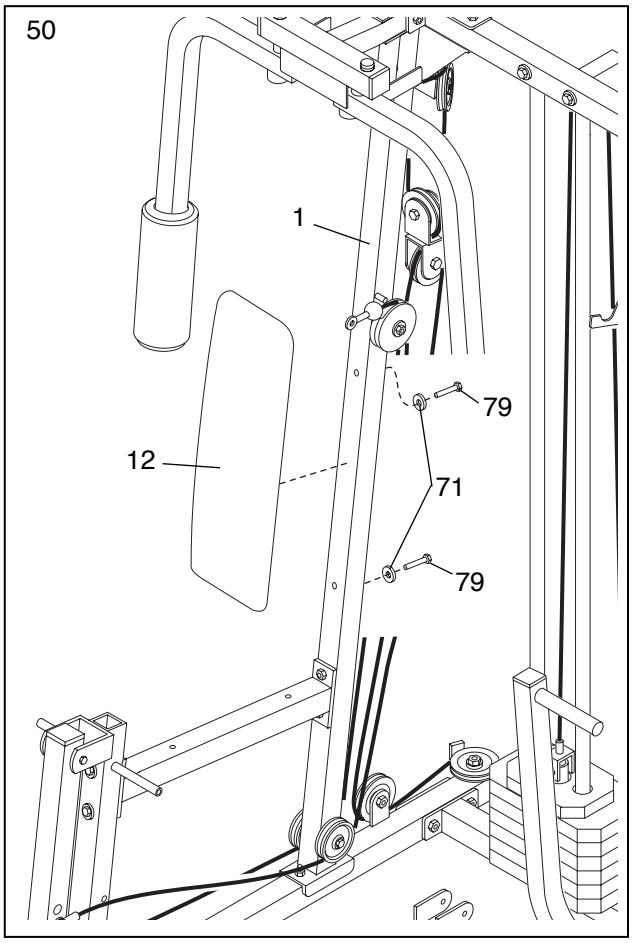
    Avis important : Suivez les quatre câbles d'une extrémité à l'autre et assurez-vous qu'ils soient dans les gorges des poulies et que les câbles et les poulies se déplacent librement et que les câbles ne vrillent pas.



Assemblage des Sièges

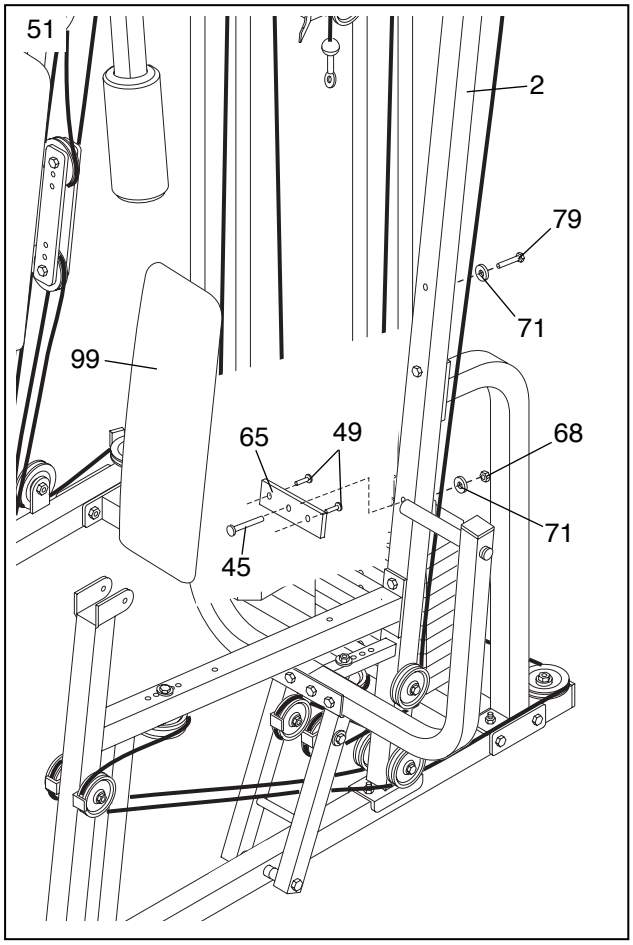
50. **Localisez et ouvrez le sac de quincaillerie portant la mention "SEAT ASSEMBLY"(ASSEMBLAGE DES SIÈGES).**

    Fixez le Dossier (12) aux orifices situés sur le Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (1) à l'aide de deux Boulons de 1/4" x 2 1/2" (79) et de deux Rondelles Plates de 1/4" (71).



51. Insérez un Boulon de Carrosserie de 1/4" x 2 1/2" (45) dans l'orifice central de la Plaque du Siège (65). Fixez la Plaque du Siège au Dossier de l'Appareil de Musculation des Bras (99) à l'aide de deux Boulons de 1/4" x 3/4" (49).

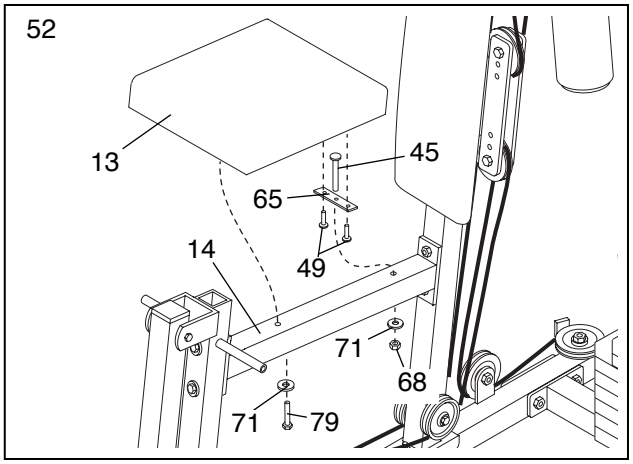
    Insérez le Boulon de Carrosserie de 1/4" x 2 1/2" (45) dans l'orifice du Montant Vertical de l'Appareil Pectoral (2) et maintenez-le en place à l'aide d'une Rondelle Plate de 1/4" (71) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 1/4" (68). Maintenez l'autre extrémité du Dossier de l'Appareil de Musculation des Bras (99) en place à l'aide d'un Boulon de 1/4" x 2 1/2" (79) et d'une Rondelle Plate de 1/4" (71).



52. Insérez un Boulon de Carrosserie de 1/4" x 2 1/2" (45) dans l'orifice central de la Plaque du Siège (65). Fixez la Plaque du Siège à un Siège (13) à l'aide de deux Boulons de 1/4" x 3/4" (49).

    Insérez le Boulon de Carrosserie de 1/4" x 2 1/2" (45) dans l'orifice du Cadre du Siège de l'Appareil Pectoral (14) et maintenez-le en place à l'aide d'une Rondelle Plate de 1/4" (71) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 1/4" (68). Maintenez l'autre extrémité du Siège (13) en place à l'aide d'un Boulon de 1/4" x 2 1/2" (79) et d'une Rondelle Plate de 1/4" (71).

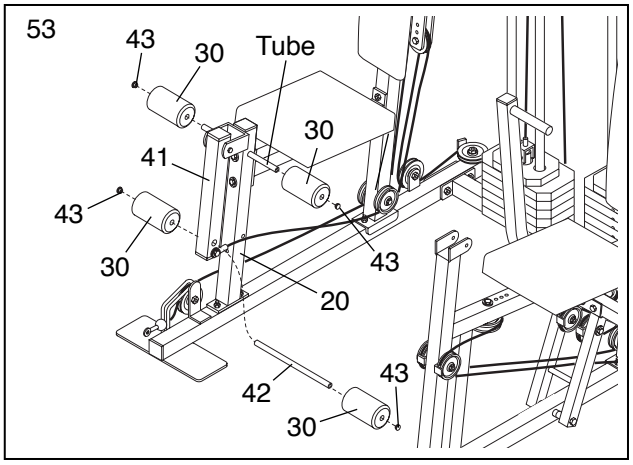
    Fixez l'autre Siège (13) au Cadre du Siège de l'Appareil de Musculation des Bras (7, non illustré) en procédant de la même manière.



Assemblage de Divers Éléments

53. Insérez des Capuchons Int. Ronds de 3/4" (43) dans les extrémités du Tube de Coussinets (42) et dans le tube situé sur la Patte Avant (20).

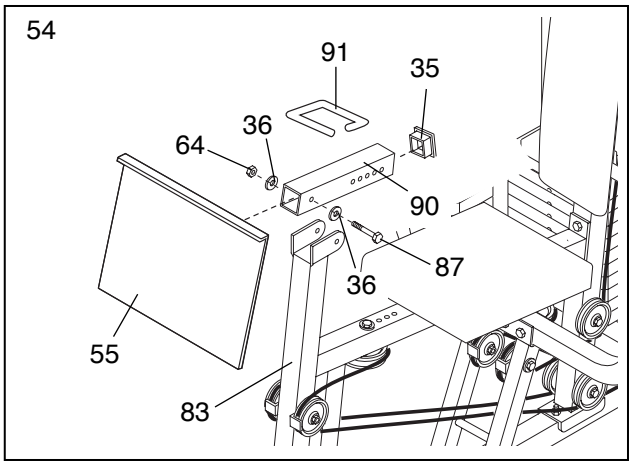
    Insérez le Tube de Coussinets (42) dans l'orifice du Petit Appareil de Musculation des Jambes (41). Faites glisser les Coussinets de Mousse (30) sur les extrémités du Tube de Coussinets et sur le tube du petit Appareil de Musculation des Jambes.



54. Insérez un Capuchon Int. Carré de 1 3/4" (35) dans l'extrémité du Tube de Réglage (90).

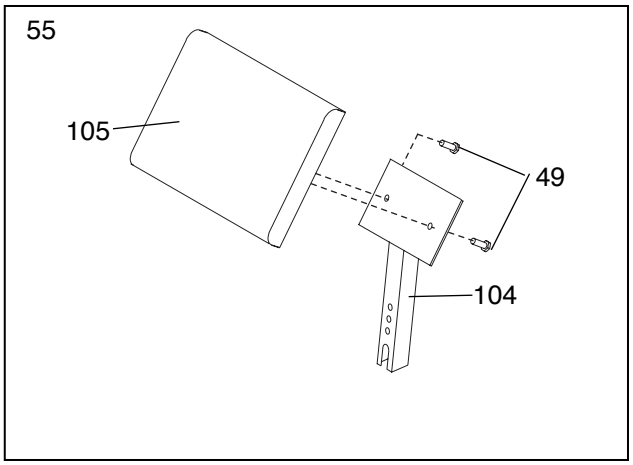
    Fixez le Tube de Réglage (90) au support (non illustré) situé à l'arrière de la Plaque (55) à l'aide d'un Boulon de 5/16" x 2 1/2" (87), de deux Rondelles de 5/16" (36) et d'un Écrou de Blocage en Nylon de 5/16" (64).

    Fixez la Plaque (55) à l'Appareil de musculation des Jambes (83) en plaçant le Tube de Réglage (90) dans le support situé à l'extrémité supérieure de l'Appareil et maintenez-le en place à l'aide d'une Goupille de Verrouillage (91). **Remarque : L'extrémité aplatie de la Plaque doit être vers le haut.**

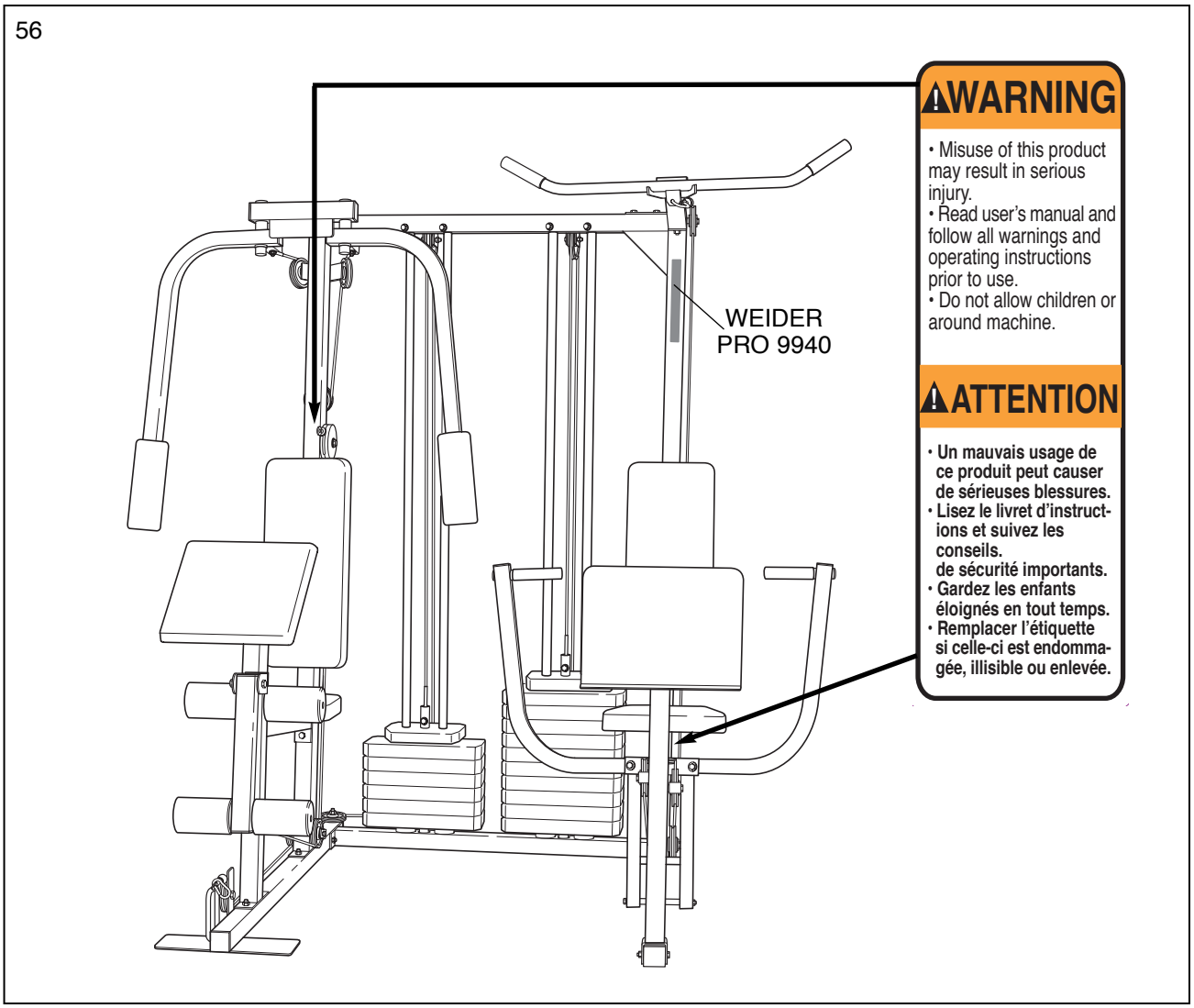


55. Fixez le Coussin/Appuie-Bras (105) au Montant (104) à l'aide de deux Boulons de 1/4" x 3/4" (49).

.



56. Apposez l'autocollant WEIDER PRO 9940 à l'emplacement indiqué sur le schéma ci-dessous. **Avis important : Les autocollants illustrés ci-dessous ont été apposés sur l'appareil de musculation aux emplacements indiqués. Si un autocollant est manquant ou illisible, veuillez communiquer avec notre service à la clientèle au numéro indiqué sur la page couverture pour commander un autre autocollant. Apposez l'autocollant à l'emplacement indiqué sur le schéma.**


56
WEIDER
PRO 9940
WARNING
• Misuse of this product may result in serious injury.
• Read user's manual and follow all warnings and operating instructions prior to use.
• Do not allow children or around machine.
ATTENTION
• Un mauvais usage de ce produit peut causer de sérieuses blessures.
• Lisez le livret d'instructions et suivez les conseils.
de sécurité importants.
• Gardez les enfants éloignés en tout temps.
• Remplacer l'étiquette si celle-ci est endommagée, illisible ou enlevée.

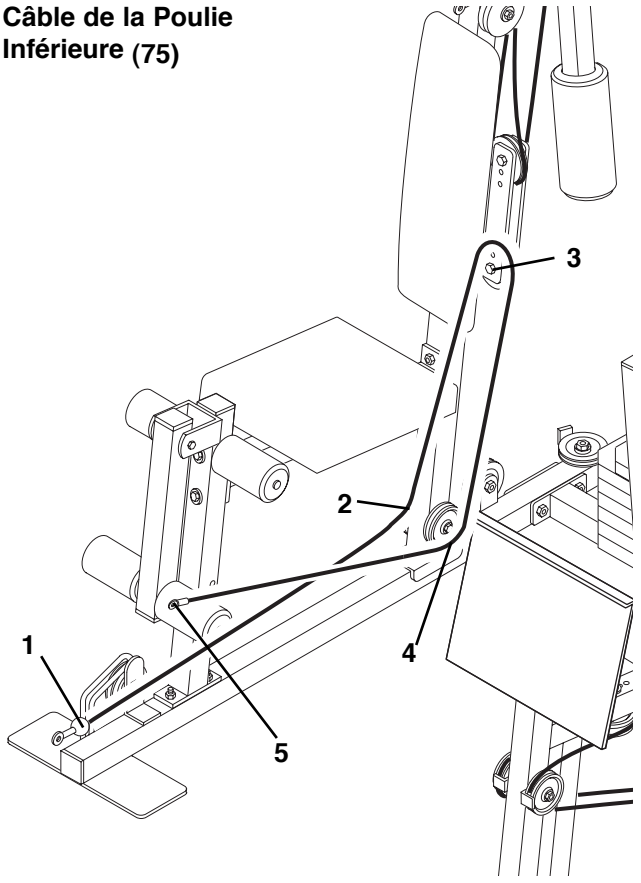
57. Assurez-vous que toutes les pièces soient serrées correctement. Vous trouverez, à la section "AJUSTEMENTS" à la page 25 de ce livret, des explications sur l'usage des autres pièces.

Avant d'utiliser l'appareil de musculation, tirez sur les extrémités des câbles à quelques reprises pour vous assurer qu'ils se déplacent librement dans les gorges des poulies. Si ce n'est pas le cas, corrigez le problème avant d'utiliser l'appareil. **AVIS IMPORTANT : Si les câbles ne sont pas installés au bon endroit, ils pourraient être endommagés lorsque des charges importantes seront utilisées. Si les câbles ne sont pas suffisamment tendus, serrez-les. Référez-vous à la section "LOCALISATION D'UN PROBLÈME ET ENTRETIEN" à la page 26.**

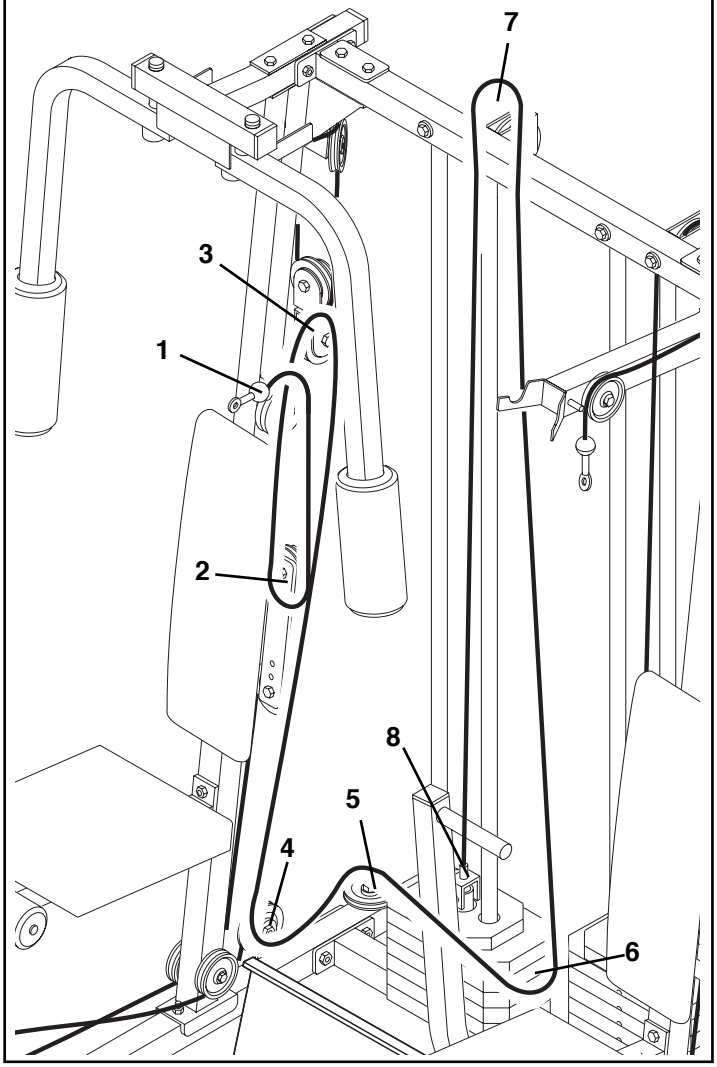
Schémas du Câblage

Les schémas ci-dessous et sur la page suivante illustrent le trajet que doivent suivre; le Câble de l'Appareil Pectoral (73), le Câble du Contracteur Abdominal (74), le Câble de la Poulie Inférieure (75) et le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72). Les chiffres indiquent le trajet que doit suivre chacun des câbles. **Assurez-vous que les Câbles soient installés au bon endroit, que les Poulies se déplacent librement et que les Supports de Câbles ne touchent pas aux Câbles. Une mauvaise installation des câbles pourrait endommager des pièces et/ou l'appareil de musculation.**

Câble de la Poulie Inférieure (75)



Câble du Contracteur Abdominal (74)



Câble de l'Appareil Pectoral (73)

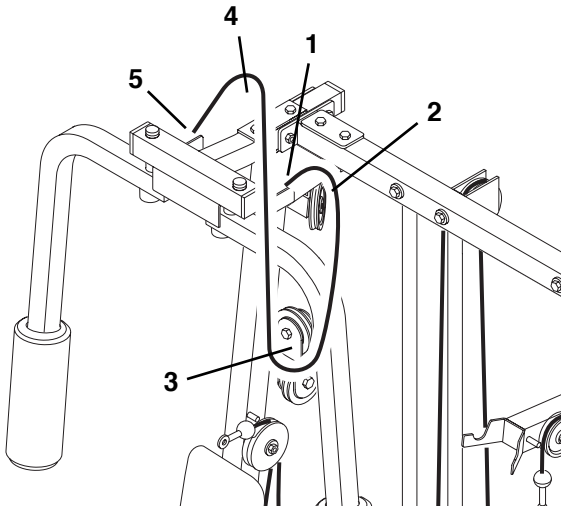
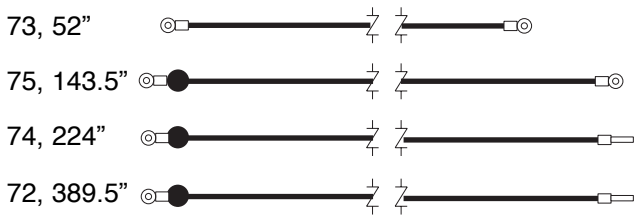
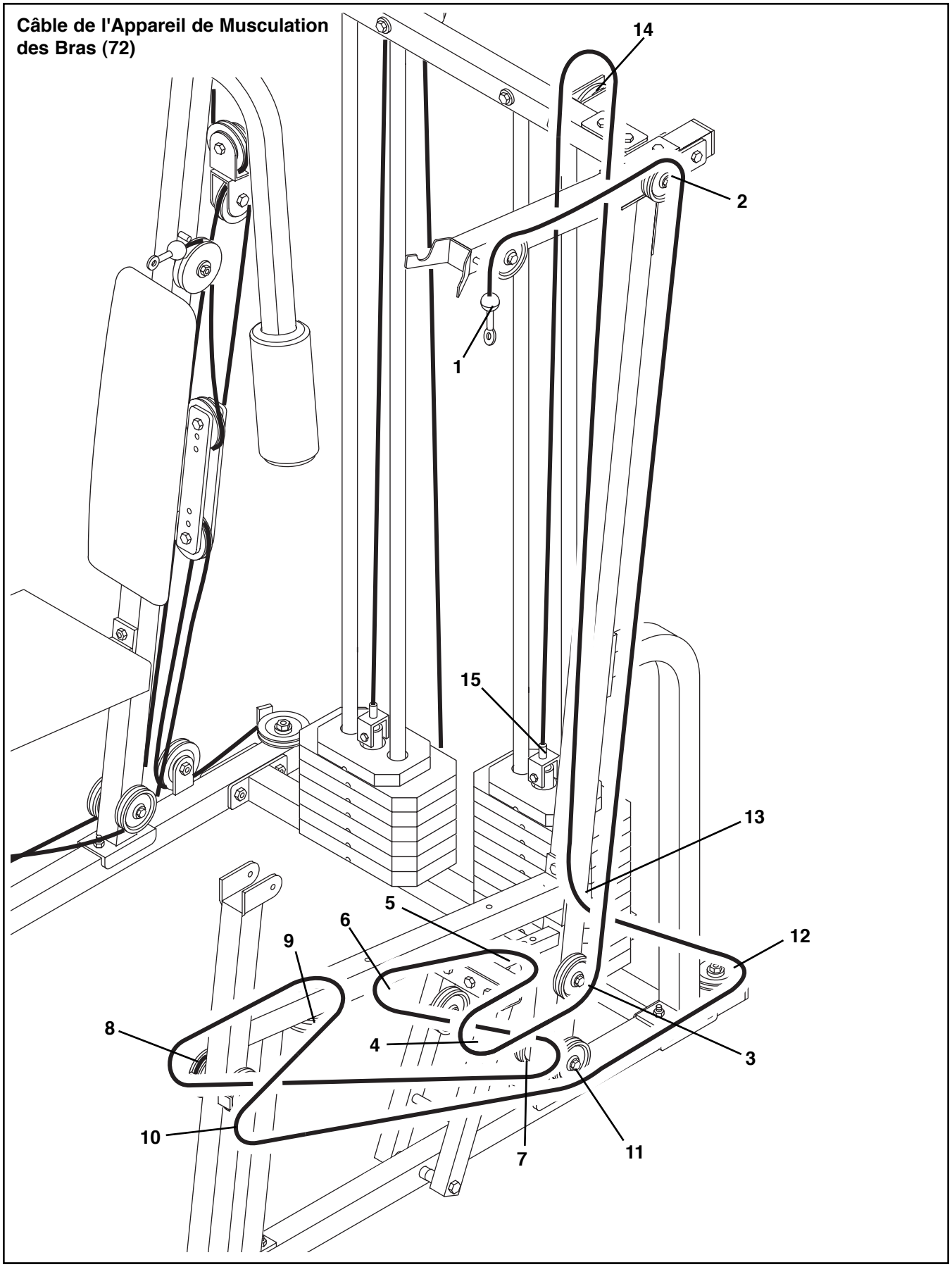


Tableau d'identification des câbles



Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72)

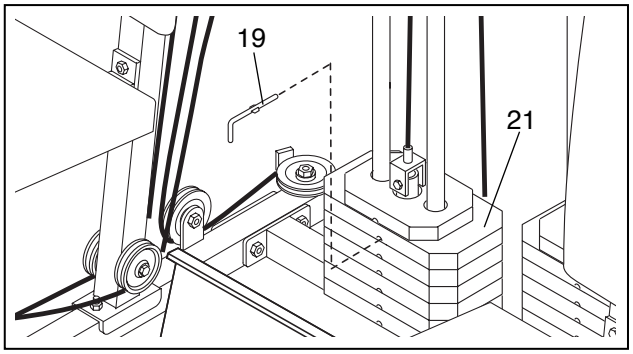


Ajustements

Les instructions ci-dessous expliquent comment ajuster chaque partie de l'appareil de musculation. Référez-vous au guide d'exercices inclus avec ce livret d'instructions pour savoir comment installer les différentes sections de l'appareil afin de pouvoir effectuer correctement les divers exercices. **AVIS IMPORTANT : Lorsque vous installez un accessoire assurez-vous qu'il soit à la position de départ requise pour chacun des exercices. Si le câble ou la chaîne n'est pas bien tendu lorsque vous effectuez vos exercices, l'efficacité de ces derniers pourrait être réduite.**

Pour Modifier le Degré de Résistance

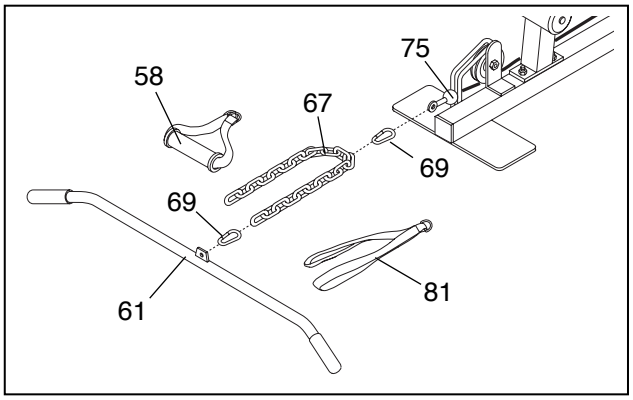
Pour modifier le degré de résistance de l'un ou l'autre des Jeux de Poids, insérez une Goupille (19) sous la charge désirée (21). Enfoncez la Goupille le plus loin possible. **Remarque : Le degré de résistance de chacune des stations pourrait différer de celui que vous avez sélectionné à cause du système de câbles et de poulies. Référez-vous au tableau de la page 27 pour obtenir le degré de résistance de chacun des appareils.**



Pour fixer le Trapèze, la Courroie de Nylon ou la Courroie de l'Appareil Pectoral à la Poulie Inférieure

Fixez le Trapèze (61) au Câble Inférieur (75) avec un Mousqueton (69). Pour certains exercices, la Chaîne (67) doit être installée entre le Trapèze et le Câble Inférieur et fixée à l'aide de deux Mousquetons. **La longueur de la Chaîne, entre le Trapèze et le Câble Inférieur, doit être ajustée de manière à ce que le Trapèze soit à la position de départ requise pour l'exercice à effectuer.**

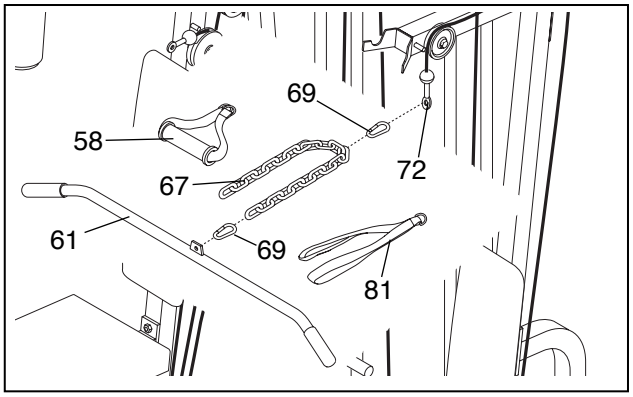
La Courroie de Nylon (58) ou la courroie du Contracteur Abdominal (81) peut être installée de la même manière.



Pour fixer le Trapèze, la Courroie de Nylon ou la Courroie de l'Appareil Pectoral à la Poulie Supérieure

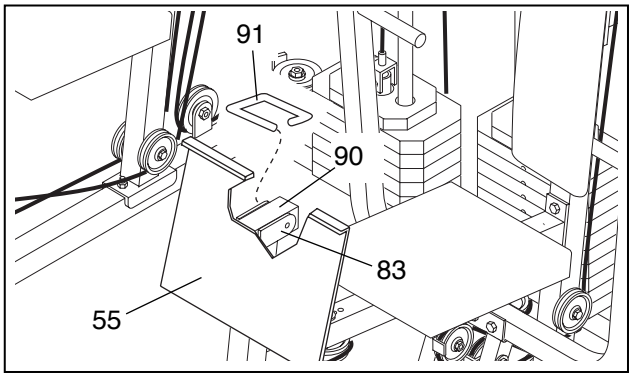
Fixez le Trapèze (61) au Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) avec un Mousqueton (69). Pour certains exercices, la Chaîne (67) doit être installée entre le Trapèze et le Câble Supérieur puis fixée à l'aide de deux Mousquetons. **La longueur de la Chaîne, entre le Trapèze et le Câble Supérieur, doit être ajustée de manière à ce que le Trapèze soit à la position de départ requise pour l'exercice à effectuer.**

La Courroie de Nylon (58) ou la courroie du Contracteur Abdominal (81) peut être installée de la même manière.

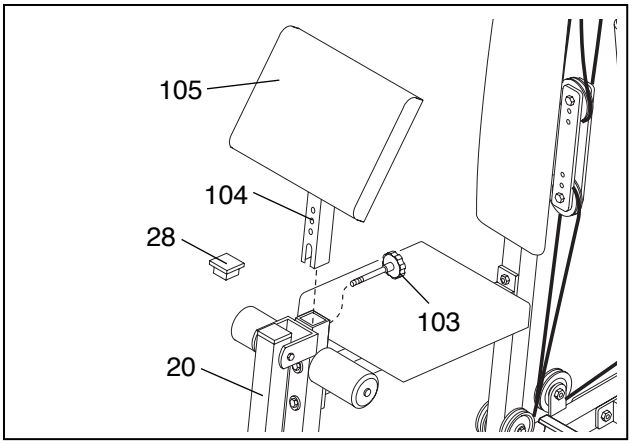


Pour ajuster la Plaque de l'Appareil de Musculation des Jambes

Pour ajuster la plaque de l'Appareil de Musculation des Jambes (55), dégagez la Goupille de Verrouillage (91) et faites glisser le Tube de Réglage (90) vers l'arrière ou vers l'avant à l'intérieur du Support de l'Appareil (83). Alignez l'un des orifices de réglage du Tube de Réglage avec l'orifice du support et insérez de la Goupille de Verrouillage.



Pour utiliser l'Appuie-Bras (105), dégagez le Capuchon Intérieur Carré de 2" (28) de la Patte Avant (20) et insérez le Montant (104) dans le tube de la Patte Avant. Maintenez l'Appuie-Bras en place et fixez le Bouton Vis de Réglage (103) à la hauteur désirée.



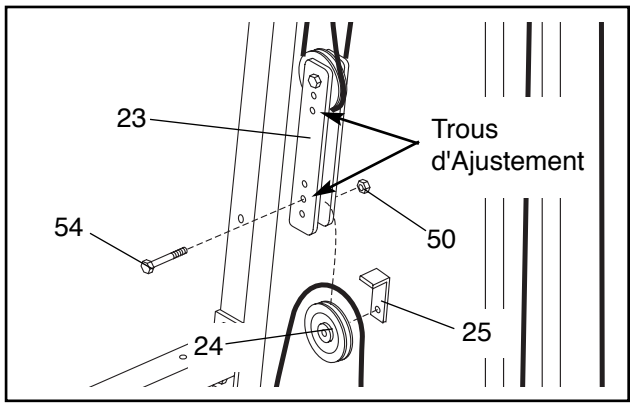
Localisation d'un Problème et Entretien

Vérifiez et serrez régulièrement toutes les pièces. Remplacez immédiatement les pièces usées. Vous pouvez nettoyer l'appareil avec un chiffon humide et un détergent doux et non abrasif. Évitez d'utiliser un solvant.

Pour Tendre Les Câbles

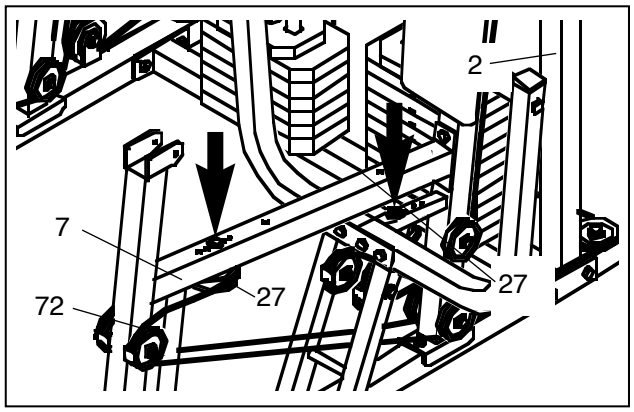
Si un câble a tendance à se dégager des poulies, c'est peut-être parce qu'il est vrillé. Si c'est le cas, enlevez le câble et installez-le de nouveau. Si vous devez remplacer les câbles, référez-vous à la section "POUR COMMANDER DES PIÈCES DE RECHANGE" à la dernière page de ce livret. Le type de câble utilisé sur cet appareil peut s'étirer légèrement les premières fois qu'il est utilisé. Si les câbles semblent mal tendus, serrez-les. Vous pouvez serrer les câbles de plusieurs façons :

Les Plaques de Poulie Ajustables (23) sont munies de plusieurs orifices de réglage. En déplaçant une ou les deux Poulies (24) vers d'autres orifices, vous tendrez les câbles.



Pour déplacer une Poulie (24), enlevez l'Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50) et le Boulon de 3/8" x 2" (54). Enlevez le Support de Câble (25) et la Poulie des Plaques de Poulie Ajustables (23). Fixez de nouveau la Poulie et le Support de Câble à un autre orifice de réglage des Plaques de Poulie. **Remarque : Fixez d'abord la Poulie au second orifice de réglage. Si les câbles ne sont pas suffisamment tendus, fixez la même Poulie au troisième orifice. Si vous devez faire d'autres ajustements, déplacez l'autre Poulie jusqu'à ce que les câbles soient tendus.**

Vous pouvez tendre le Câble de l'Appareil de Musculation des Bras (72) en déplaçant une ou les deux Poulies en "V" (27) du Câble de l'Appareil.



Une Poulie en "V" (27) est fixée au petit tube du montant vertical de l'Appareil de Musculation des Bras (2). Le petit tube est muni de trois orifices et vous pouvez fixer la Poulie en "V" à l'un ou l'autre de ces orifices pour tendre les câbles. Fixez d'abord la poulie en "V" à un orifice puis à un autre si nécessaire.

La deuxième poulie en "V" (27) est fixée au cadre du siège de l'Appareil de Musculation des Bras (7). Le Cadre du Siège est muni de cinq orifices de réglage. En fixant la Poulie en "V" à proximité du Montant Vertical de l'Appareil (2), vous tendrez les câbles. En la fixant plus loin, vous relâcherez les câbles.

Vous pouvez également vous servir des extrémités filetées du câble de l'appareil de musculation des bras (72) et du câble du contracteur abdominal (74) qui sont fixés aux jeux de poids pour tendre les câbles.

Pour tendre le câble du contracteur abdominal (74), enlevez le support en "U" (97) du tube de charges court (17) en dévissant le boulon de 5/16" x 1 3/4" (96) et l'écrou de blocage en nylon de 5/16" (64).

Vissez à fond l'écrou de blocage en nylon de 1/4" (68) sur l'extrémité du câble du contracteur abdominal (74). Puis installez de nouveau le support en "U" (97).

Vous pouvez tendre le câble de l'appareil de musculation des bras (72) en procédant de la même manière. Lorsque vous tendez les câbles, prenez note qu'ils font partie de deux groupes distincts. Le câble de l'appareil pectoral (73), le câble du contracteur abdominal (74) et le câble de la poulie inférieure (75) sont connectés à la petite pile de poids. Ces trois câbles peuvent être tendus en serrant le câble du contracteur abdominal (74) de la manière décrite ci-dessus ou en utilisant les plaques de poulie ajustables (23) de la manière décrite à la page précédente.

Le câble de l'appareil de musculation des bras (72) est le seul câble relié à la grosse pile de poids. Tendez-le à l'aide de la méthode décrite ci-dessus ou en déplaçant les poulies en "V" de la manière décrite à la page précédente.

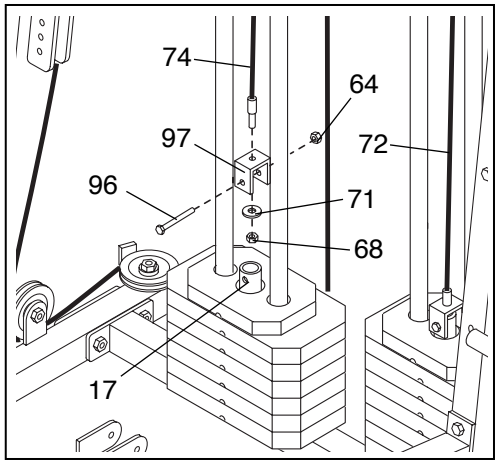


Tableau des Degrés de Résistance

Ce tableau indique le degré de résistance approximatif de chacune des sections de l'appareil de musculation. Le mot "supérieur" fait référence à la charge du dessus qui pèse 6 livres. Les autres chiffres font référence aux charges de 10 livres. La résistance réelle de chacune des sections peut varier en raison d'une différence dans le poids de chacune des charges et également en raison de la friction entre les câbles, les poulies et les guides de charges.

Charges	Poulie Supérieure	Appareil de Musculation des Bras	Appareil de Musculation des Jambes	Appareil Pectoral	Appuie-Bras/ Poulie Inférieure	Poulie du Contract. Abdo. Jambes
	(livres)	(livres)	(livres)	(livres)	(livres)	(livres)
Supérieur	14	16	21	8	10	8
1	28	37	48	23	24	21
2	42	58	75	38	37	35
3	56	79	101	52	50	48
4	69	100	128	67	64	62
5	83	121	155	82	77	76
6	97	142	181	97	90	89
7	111	163	208			
8	124	184	235			
9	138	205	262			
10	152	226	288			

Pour Commander Des Pièces de Rechange

Pour commander des pièces de rechange, veuillez communiquer avec notre service à la clientèle en composant le numéro sans frais 1-888-936-4266 du lundi au vendredi de 8h00 à 18h30 (exceptés les jours fériés). Nous vous saurions gré de nous fournir les renseignements suivants:

1. Le NUMÉRO DE MODÈLE du produit (WECCSY99400)

2. Le NOM du produit (Appareil de Musculation WEIDER® PRO 9940)

3. Le NUMÉRO DE SÉRIE du produit (voir la page couverture de ce livret)

4. Le NUMÉRO DE LA PIÈCE et la DESCRIPTION de la pièce (ou des pièces) (référez-vous à la LISTE DES PIÈCES à la page 13 et le SCHÉMA DÉTAILLÉ au centre de ce manuel).

GARANTIE LIMITÉE

ICON DU CANADA INC., garantit ce produit contre tout défaut de fabrication et de matière première sous des conditions d'usage normales pendant un an (1) à compter de la date d'achat. Cette garantie ne s'applique qu'au premier acquéreur. L'obligation d'ICON en vertu des clauses de cette garantie est limitée, à sa discrétion, au remplacement ou à la réparation du produit dans un des centres de service autorisés. Tout produit défectueux doit être livré ou expédié port-payé à l'un des centres de service autorisés ICON accompagné d'une preuve d'achat. Tout retour de marchandise doit être préalablement autorisé par ICON. La présente garantie ne couvre pas le produit dans le cas de dommages subis durant le transport, de dommages causés suite à un emploi abusif ou inapproprié ou dans le cas de réparations non effectuées par un centre de service autorisé ICON, les produit utilisés à des fins commerciales ou de location ou les produits qui servent de démonstrateurs. Aucune autre garantie que celle qui est expressément expliquée précédemment ne sera autorisée par ICON.

ICON ne pourra être tenu responsable d'aucun dommage indirect, spécial ou accessoire résultant ou ayant trait à l'utilisation ou au fonctionnement du produit, aux pertes d'argent, de biens, de revenus ou de profits, aux pertes de jouissance, aux frais de déménagement, d'installation ou à tous dommages accessoires de quelque nature qu'ils soient. Dans certaines provinces, il est interdit d'exclure ou de restreindre la responsabilité pour les dommages indirects ou accessoires de sorte que la restriction qui précède pourrait ne pas s'appliquer dans certains cas. La présente garantie remplace toutes les garanties dont notamment les garanties implicites de valeur marchande ou d'aptitude à un usage et est limitée dans sa durée et sa portée par les clauses spécifiques contenues dans la présente garantie. Certaines provinces n'autorisent pas la restriction de la durée d'une garantie de sorte que la restriction qui précède pourrait ne pas s'appliquer dans certains cas ou spécifiés par votre détaillant d'équipement de sports.

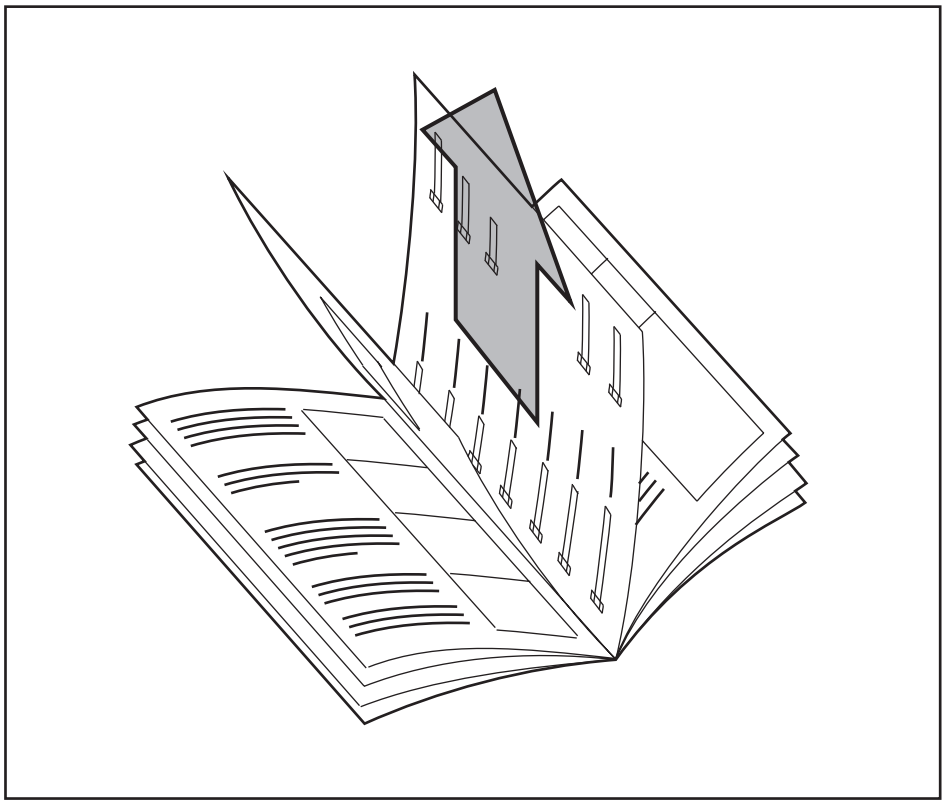
Cette garantie vous confère des droits légaux spécifiques. Vous pouvez avoir d'autres droits qui peuvent varier d'une province à l'autre ou spécifier par votre détaillant d'équipement de sports.

ICON DU CANADA, 900 de l'Industrie, St. Jérôme, QC J7Y 4B8

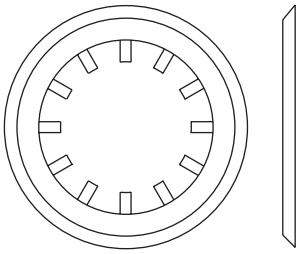
No. de Pièce 167296 R0800A
Imprimé au Canada © 2000 CON Health & Fitness, Inc.

DÉTACHEZ CE TABLEAU D'IDENTIFICATION DES PIÈCES DU LIVRET D'INSTRUCTIONS

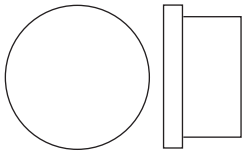
Ce tableau vous aidera à identifier les petites pièces requises pour l'assemblage de cet appareil. Le chiffre qui est entre parenthèse représente le numéro de la pièce. Remarque : Certaines pièces ont été préalablement assemblées pour faciliter le transport. Si vous n'arrivez pas à trouver une pièce dans le sac de quincaillerie, assurez-vous qu'elle n'ait pas été préalablement assemblée.



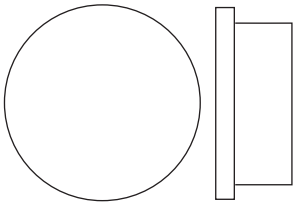
Remarque : l'assemblage de cet appareil comporte quatre étapes distinctes : 1) l'assemblage du cadre, 2) l'assemblage des bras, 3) l'assemblage des câbles et des poulies et 4) l'assemblage des sièges. Attendez de commencer l'étape avant d'ouvrir le sac de quincaillerie.



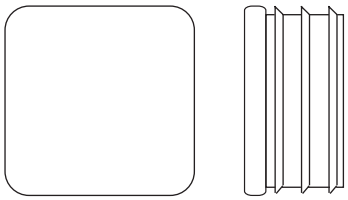
Bague de Sûreté de 1” (31)



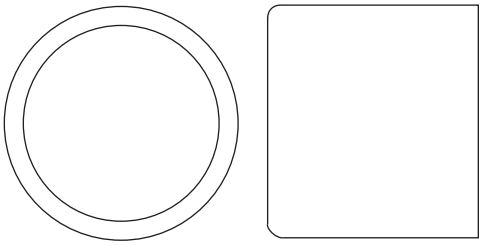
Capuchon Intérieur Rond de 3/4" (43)



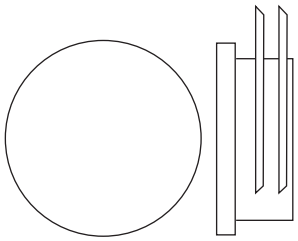
Capuchon Intérieur Rond de 1" (86)



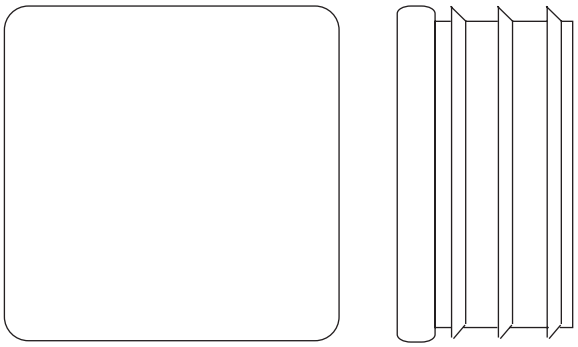
Capuchon Intérieur Carré de 1" (98)



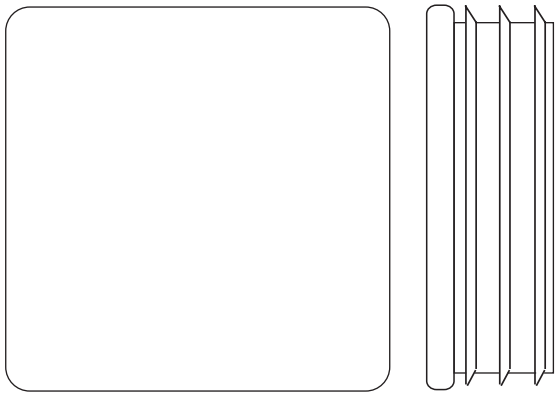
Capuchon Extérieur Rond de 1" (38)



Capuchon Intérieur Rond de 1" (76)

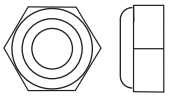


Capuchon Intérieur Carré de 1 3/4" (35)

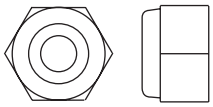


Capuchon Intérieur Carré de 2" (28)

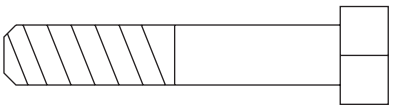
Tableau d'Identification des Pièces



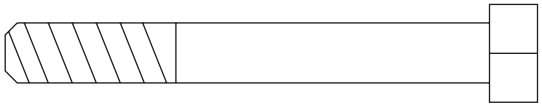
Écrou de Blocage en Nylon de 1/4" (68)



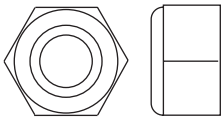
Écrou de Blocage en Nylon de5/16" (64)



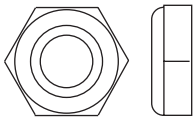
Boulon de 5/16" x 1 3/4" (96)



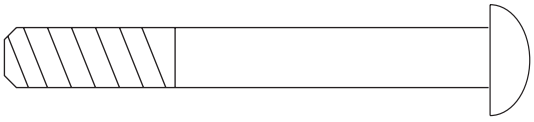
Boulon de 5/16" x 2 1/2" (87)



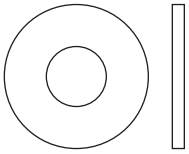
Écrou de Blocage en Nylon de 3/8" (50)



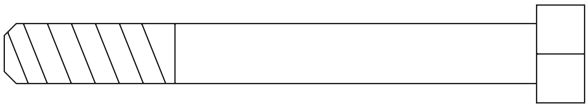
Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8" (63)



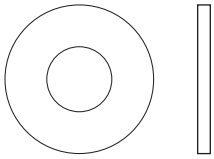
Boulon de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2" (92)



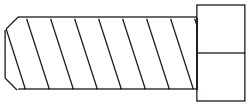
Rondelle Plate de 1/4" (71)



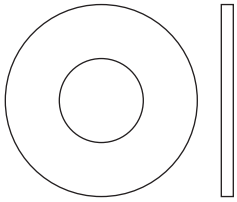
Boulon de 5/16" x 2 3/4" (89)



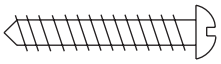
Rondelle de 5/16" (36)



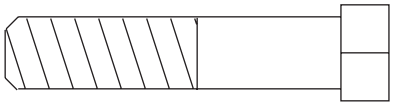
Boulon de 3/8" x 1" (84)



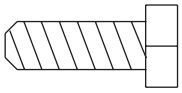
Rondelle Plate de 3/8" (48)



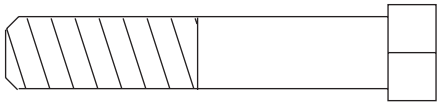
Vis de 1" (80)



Boulon de 3/8" x 1 3/4" (57)

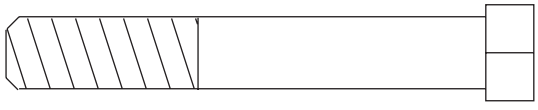


Boulon de 1/4" x 3/4" (49)

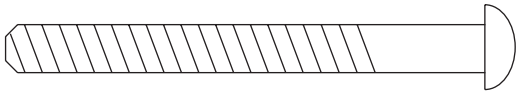


Boulon de 3/8" x 2" (54)

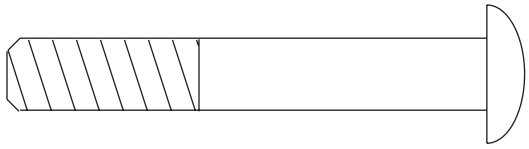
Boulon de 1/4" x 2 1/2" (79)



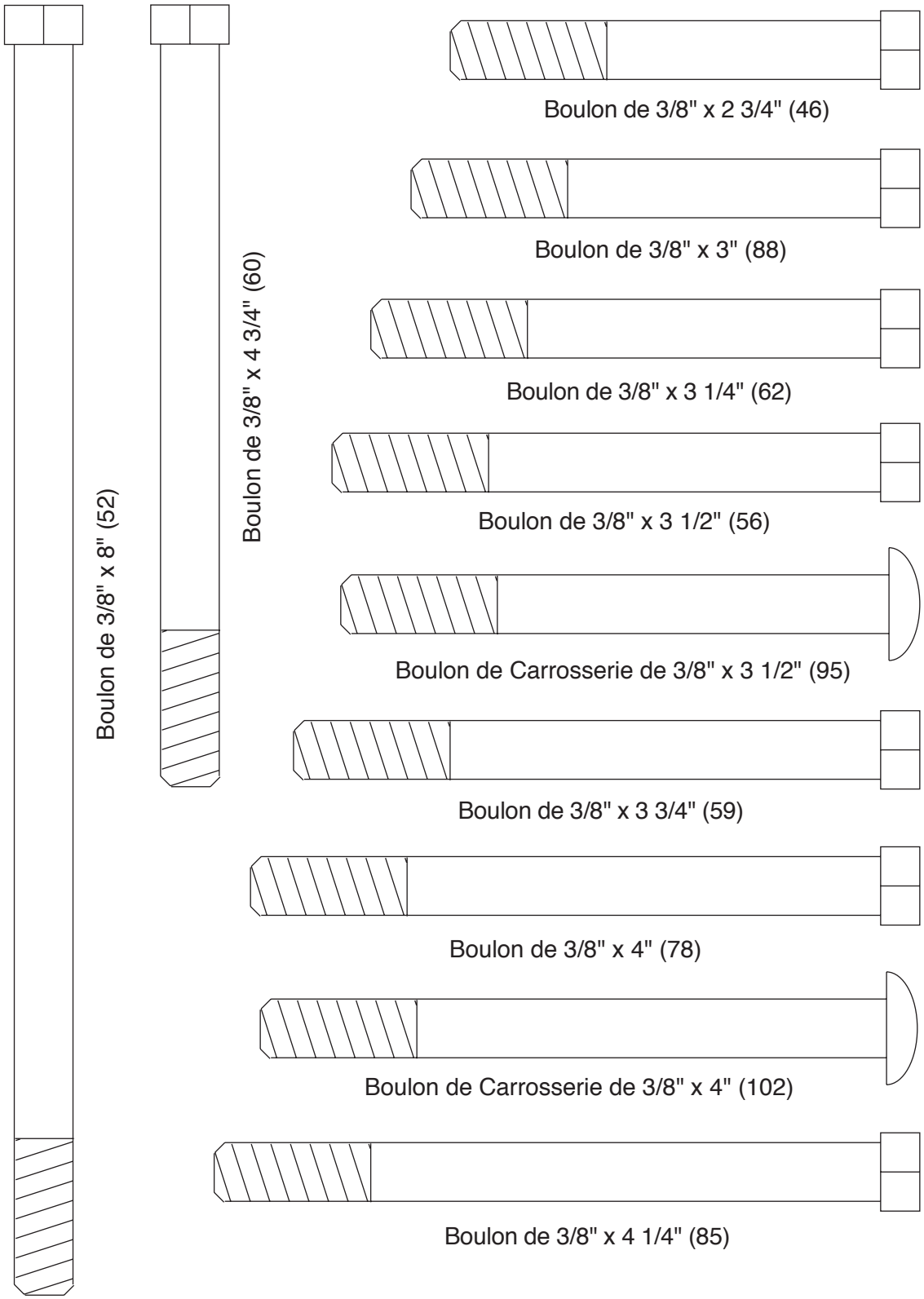
Boulon de 3/8" x 2 1/2" (53)



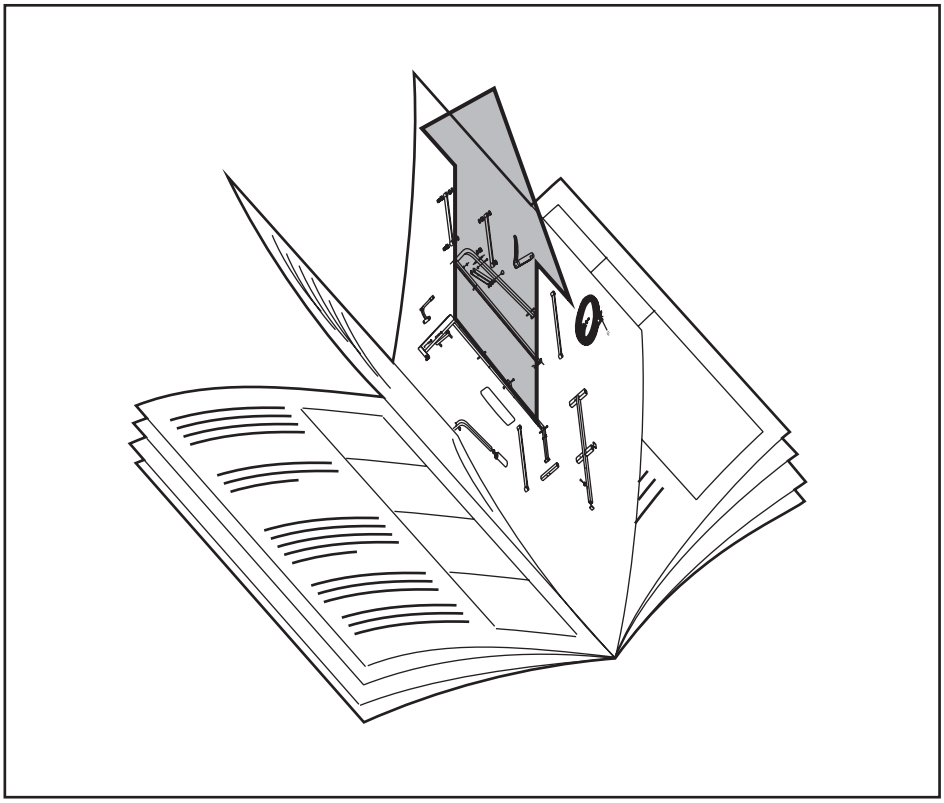
Boulon de Carrosserie de 1/4" x 2 1/2" (45)



Boulon de Carrosserie de 3/8" x 2 1/2" (101)


Boulon de 3/8" x 8" (52)
Boulon de 3/8" x 4 3/4" (60)
Boulon de 3/8" x 2 3/4" (46)
Boulon de 3/8" x 3" (88)
Boulon de 3/8" x 3 1/4" (62)
Boulon de 3/8" x 3 1/2" (56)
Boulon de Carrosserie de 3/8" x 3 1/2" (95)
Boulon de 3/8" x 3 3/4" (59)
Boulon de 3/8" x 4" (78)
Boulon de Carrosserie de 3/8" x 4" (102)
Boulon de 3/8" x 4 1/4" (85)

RETIREZ LA LISTE DES PIÈCES/SCHÉMA DÉTAILLÉ DE CE LIVRET



Liste des Pièces—No. de Modèle WECCSY99400 R0800A

No. de Pièce	Qté.	Description
1	1	Montant Vertical de l'Appareil Pectoral
2	1	Montant Vertical de l'Appareil de Musculation des Bras
3	1	Cadre de Soutien
4	1	Base de l'Appareil Pectoral
5	1	Base des Jeux de Poids
6	1	Base de l'Appareil de Musculation des Bras
7	1	Cadre du Siège de l'Appareil de Musculation des Bras
8	1	Cadre de l'Appareil de Musculation des Bras
9	1	Cadre Supérieur de l'Appareil de Musculation des Bras
10	1	Bras Gauche de l'Appareil Pectoral
11	1	Bras Droit de l'Appareil Pectoral
12	1	Dossier
13	2	Siège
14	1	Cadre du Siège de l'Appareil Pectoral
15	4	Guide de Charges
16	2	Poids Supérieur
17	1	Tube de Charges Court
18	2	Amortisseur du Tube de Charges
19	2	Goupille
20	1	Patte Avant
21	16	Poids
22	1	Petit Support de Poulie
23	2	Plaque de Poulie Ajustable
24	20	Poulie de 3 1/2"
25	16	Support de Poulie
26	2	Poulie Pro
27	4	Poulie en "V"
28	13	Capuchon Intérieur Carré de 2"
29	2	Coussinet de Mousse de l'Appareil Pectoral
30	4	Coussinet de Mousse
31	4	Bague de Sûreté de 1"
32	4	Gros Support de Câble
33	1	Cadre Supérieur de l'Appareil Pectoral
34	2	Plaque de Soutien, Trous Centrés de 2 1/2"
35	7	Capuchon Intérieur Carré de 1 3/4"
36	8	Rondelle de 5/16"
37	2	Douille de l'Appareil Pectoral
38	2	Capuchon Extérieur Rond de 1"
39	4	Poignée en Plastique de 5"
40	1	Amortisseur
41	1	Petit Appareil de Musculation des Jambes
42	1	Tube pour Coussinet
43	4	Capuchon Intérieur Rond de 3/4"
44	2	Large Douille
45	3	Boulon de Carrosserie de 1/4" x 2 1/2"
46	10	Boulon de 3/8" x 2 3/4"
47	2	Couvercle de Poulie
48	18	Rondelle Plate de 3/8"
49	8	Boulon de 1/4" x 3/4"
50	32	Écrou de Blocage en Nylon de 3/8"
51	4	Amortisseur de Charges
52	1	Boulon de 3/8" x 8"
53	2	Boulon de 3/8" x 2 1/2"
54	4	Boulon de 3/8" x 2"
55	1	Plaque/Appuie-Pieds
56	1	Boulon de 3/8" x 3 1/2"
57	6	Boulon de 3/8" x 1 3/4"
58	1	Courroie de Nylon
59	6	Boulon de 3/8" x 3 3/4"
60	3	Boulon de 3/8" x 4 3/4"
61	1	Trapèze
62	4	Boulon de 3/8" x 3 1/4"
63	15	Écrou de Verrouillage en Nylon de 3/8"
64	31	Écrou de Blocage en Nylon de 5/16"
65	3	Plaque du Siège
66	1	Cadre Supérieur de Jeux de Poids
67	1	Chaîne
68	5	Écrou de Blocage en Nylon de 1/4"
69	3	Mousqueton
70	1	Long Tube de Charges
71	10	Rondelle Plate de 1/4"
72	1	Câble de l'Appareil de Musculation des Bras
73	1	Câble de l'Appareil Pectoral
74	1	Câble du Contracteur Abdominal
75	1	Câble de la Poulie Inférieure
76	2	Capuchon Intérieur Rond de 1"
77	2	Appareil de Musculation des Bras
78	1	Boulon de 3/8" x 4"
79	5	Boulon de 1/4" x 2 1/2"
80	1	Vis de 1"
81	1	Courroie du Contracteur Abdominal
82	2	Poulie de 4 1/2"
83	1	Appareil de Musculation des Jambes
84	2	Boulon de 3/8" x 1"
85	1	Boulon de 3/8" x 4 1/4"
86	2	Capuchon Intérieur Rond de 1"
87	5	Boulon de 5/16" x 2 1/2"
88	1	Boulon de 3/8" x 3"
89	14	Boulon de 5/16" x 2 3/4"
90	1	Tube de Réglage
91	1	Goupille de Verrouillage
92	10	Boulon de Carrosserie de 5/16" x 2 1/2"
93	4	Plaque de Soutien, Trous Centrés de 3 1/2"
94	2	Plaque de Soutien, Trous Centrés de 4"
95	1	Boulon de Carrosserie de 3/8" x 3 1/2"
96	2	Boulon de 5/16" x 1 3/4"
97	2	Support en "U"
98	1	Capuchon Intérieur Carré de 1"
99	1	Dossier de l'Appareil de Musculation des Bras
100	2	Douille en Plastique
101	1	Boulon de Carrosserie de 3/8" 2 1/2"
102	1	Boulon de Carrosserie de 3/8" x 4"
103	1	Bouton Vis de Réglage
104	1	Montant de l'Appareil de Musculation des Biceps
105	1	Coussin/Appuie-Bras
#	1	Livret d'Instructions
#	1	Guide d'Exercices

Remarque : "#" indique une pièce non-illustrée. Les spécifications sont sujettes à changement sans préavis.

Schéma Détaillé—No. de Modèle WECCSY99400 R0800A